

**Меню Школа № 10**

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<b><u>1-4 класс</u></b>			
ЭЦ-310, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-771, К-108, Са-21, Mg-40, P-119, Fe-1	.200	<i>Рис припущенный с овощами</i>	19-23
ЭЦ-633, Б-14, Ж-43, У-6, Вит.С-5, Na-4, К-95, Са-7, Mg-6, P-17	.063/63	<i>Гуляш</i>	76-41
ЭЦ-147, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	<i>Булка формовая</i>	3-24
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	<i>Чай с сахаром, лимоном</i>	7-12
ЭЦ-1147, Б-23, Ж-53, У-102, Вит.А-1, Вит.С-7, Вит.РР-2, Na-1012, К-282, Са-43, Mg-57, P-181, Fe-3			106
<b><u>5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-152, Б-5, Ж-5, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-613, К-495, Са-25, Mg-26, P-81, Fe-1	.250/10/10	<i>Суп картоф.с макаронными изд.,цыпл. со сметаной</i>	24-57
ЭЦ-208, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-35, Вит.РР-2, Na-1613, К-1019, Са-71, Mg-45, P-132, Fe-2	.200	<i>Картофельное пюре</i>	26-16
ЭЦ-394, Б-22, Ж-22, У-28, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-4405, К-113, Са-57, Mg-14, P-44, Fe-1	.085/30	<i>Котлета мясная с соусом</i>	59-39
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	<i>Чай с сахаром, лимоном</i>	7-12
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	<i>Хлеб витаминный</i>	4-76
ЭЦ-983, Б-37, Ж-35, У-128, Вит.А-2, Вит.С-56, Вит.РР-8, Na-6994, К-1719, Са-173, Mg-99, P-312, Fe-6			122
<b><u>ОВЗ 1-4 класс</u></b>			
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	<i>Каша пшеничная с маслом</i>	23-50
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Какао с молоком</i>	17-28
ЭЦ-347, Б-7, Ж-10, У-59, Вит.РР-1, Na-34, К-110, Са-46, Mg-12, P-80, Fe-1	.100	<i>Манник</i>	18-33
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-38
ЭЦ-120, Б-4, Ж-4, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-2, Na-490, К-396, Са-20, Mg-21, P-65, Fe-1	.200/15/10	<i>Суп картоф.с макаронными изд.,цыпл. со сметаной</i>	27-51
ЭЦ-310, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-771, К-108, Са-21, Mg-40, P-119, Fe-1	.200	<i>Рис припущенный с овощами</i>	19-23
ЭЦ-633, Б-14, Ж-43, У-6, Вит.С-5, Na-4, К-95, Са-7, Mg-6, P-17	.063/63	<i>Гуляш из птицы</i>	76-41
ЭЦ-147, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	<i>Булка формовая</i>	3-24
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	<i>Чай с сахаром, лимоном</i>	7-12
ЭЦ-2178, Б-49, Ж-85, У-265, Вит.А-2, Вит.С-22, Вит.РР-5, Na-2204, К-1115, Са-359, Mg-123, P-531, Fe-5			195
<b><u>ОВЗ 5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, Na-546, К-182, Са-154, Mg-18, P-114	.250/12	<i>Каша пшеничная с маслом</i>	29-02
ЭЦ-347, Б-7, Ж-10, У-59, Вит.РР-1, Na-34, К-110, Са-46, Mg-12, P-80, Fe-1	.100	<i>Манник</i>	18-33
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Какао с молоком</i>	17-28
ЭЦ-228, Б-2, Ж-13, У-25	.1шт./20гр	<i>Шоколад "Коммунарка"</i>	18-45
ЭЦ-119, Б-4, У-24	.1шт	<i>Вафли "Боярушка"</i>	16-54
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-38
ЭЦ-152, Б-5, Ж-5, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-613, К-495, Са-25, Mg-26, P-81, Fe-1	.250/10/10	<i>Суп картоф.с макаронными изд.,цыпл. со сметаной</i>	24-57
ЭЦ-208, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-35, Вит.РР-2, Na-1613, К-1019, Са-71, Mg-45, P-132, Fe-2	.200	<i>Картофельное пюре</i>	26-16
ЭЦ-394, Б-22, Ж-22, У-28, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-4405, К-113, Са-57, Mg-14, P-44, Fe-1	.085/30	<i>Котлета мясная с соусом</i>	59-39
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	<i>Чай с сахаром, лимоном</i>	7-12
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	<i>Хлеб витаминный</i>	4-76
ЭЦ-2323, Б-67, Ж-79, У-334, Вит.А-2, Вит.С-59, Вит.РР-9, Na-7805, К-2192, Са-500, Mg-148, P-620, Fe-7			224
<b><u>родительская плата</u></b>			
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/12	<i>Каша пшеничная с маслом</i>	25-78
ЭЦ-382, Б-7, Ж-11, У-65, Вит.РР-1, Na-38, К-121, Са-50, Mg-14, P-88, Fe-1	.110	<i>Манник</i>	20-18
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	4-04
ЭЦ-768, Б-16, Ж-24, У-124, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-476, К-292, Са-178, Mg-32, P-187, Fe-2			50

Руководитель

Зав.производством