

**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-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1           | .180/25    | <i>Рис припущенный с овощами с огуриц.конс.</i> | 28-25             |
| ЭЦ-401, Б-9, Ж-27, У-7, Вит.С-1, На-2789, К-17, Са-30, Mg-3, P-12                                     | .090       | <i>Шницель мясной</i>                           | 65-54             |
| ЭЦ-96, У-25, Вит.С-8, К-23, Mg-1  | .200       | <i>Напиток лимонный</i>                         | 9-83              |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24  | .1к/31,25г | <i>Хлеб витаминный</i>                          | 2-38              |
| ЭЦ-863, Б-17, Ж-35, У-97, Вит.А-1, Вит.С-11, Вит.РР-1, На-3664, К-171, Са-56, Mg-45, P-143, Fe-1      |            |   | 106               |
| <b><u>5-11 класс</u></b>  |            |   |                   |
| ЭЦ-128, Б-2, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, На-991, К-356, Са-54, Mg-25, P-58, Fe-1          | .250/10/6  | <i>Борщ из св. капусты с мясом, сметаной</i>    | 27-37             |
| ЭЦ-471, Б-21, Ж-30, У-28, Вит.А-7, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-72, К-199, Са-229, Mg-35, P-315, Fe-1        | .135/30    | <i>Запеканка творожная с повидлом</i>           | 84-10             |
| ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1  | .200/15    | <i>Чай с сахаром</i>                            | 4-04              |
| ЭЦ-294, Б-8, Ж-3, У-59, Вит.РР-1, На-471, К-108, Са-19, Mg-14, P-74, Fe-1                             | .100       | <i>Булка формовая</i>                           | 6-49              |
| ЭЦ-950, Б-31, Ж-40, У-116, Вит.А-8, Вит.С-22, Вит.РР-3, На-1535, К-688, Са-307, Mg-78, P-455, Fe-4    |            |   | 122               |
| <b><u>ОВЗ 1-4 класс</u></b>   |            |   |                   |
| ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, На-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91                                  | .200/10    | <i>Каша пшеничная с маслом сливочным</i>        | 24-91             |
| ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, На-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90   | .031,25/25 | <i>Бутерброд с сыром</i>                        | 21-37             |
| ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1                                 | .200       | <i>Чай с молоком</i>                            | 8-80              |
| ЭЦ-102, Б-2, Ж-6, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-792, К-285, Са-43, Mg-20, P-47, Fe-1          | .200/15/10 | <i>Борщ из св. капусты с мясом, сметаной</i>    | 33-92             |
| ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1           | .180/25    | <i>Рис припущенный с овощами с огуриц.конс.</i> | 28-25             |
| ЭЦ-401, Б-9, Ж-27, У-7, Вит.С-1, На-2789, К-17, Са-30, Mg-3, P-12                                     | .090       | <i>Шницель мясной</i>                           | 65-54             |
| ЭЦ-96, У-25, Вит.С-8, К-23, Mg-1  | .200       | <i>Напиток лимонный</i>                         | 9-83              |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24  | .1к/31,25г | <i>Хлеб витаминный</i>                          | 2-38              |
| ЭЦ-1516, Б-35, Ж-60, У-187, Вит.А-2, Вит.С-30, Вит.РР-2, На-5167, К-748, Са-417, Mg-100, P-424, Fe-3  |            |   | 195               |
| <b><u>ОВЗ 5-11 класс</u></b>  |            |   |                   |
| ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, На-546, К-182, Са-154, Mg-18, P-114                                | .250/13    | <i>Каша пшеничная с маслом сливочным</i>        | 31-40             |
| ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, На-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90   | .031,25/25 | <i>Бутерброд с сыром</i>                        | 21-37             |
| ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1                                 | .200       | <i>Чай с молоком</i>                            | 8-80              |
| ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14  | .125/шт    | <i>Йогурт фруктовый</i>                         | 23-89             |
| ЭЦ-119, Б-4, У-24   | шт         | <i>Вафли "Боярушка"</i>                         | 16-54             |
| ЭЦ-128, Б-2, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, На-991, К-356, Са-54, Mg-25, P-58, Fe-1          | .250/10/6  | <i>Борщ из св. капусты с мясом, сметаной</i>    | 27-37             |
| ЭЦ-471, Б-21, Ж-30, У-28, Вит.А-7, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-72, К-199, Са-229, Mg-35, P-315, Fe-1        | .135/30    | <i>Запеканка творожная с повидлом</i>           | 84-10             |
| ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1  | .200/15    | <i>Чай с сахаром</i>                            | 4-04              |
| ЭЦ-294, Б-8, Ж-3, У-59, Вит.РР-1, На-471, К-108, Са-19, Mg-14, P-74, Fe-1                             | .100       | <i>Булка формовая</i>                           | 6-49              |
| ЭЦ-1802, Б-57, Ж-66, У-244, Вит.А-8, Вит.С-25, Вит.РР-3, На-2355, К-1016, Са-656, Mg-117, P-712, Fe-5 |            |   | 224               |
| <b><u>50 родительская плата</u></b>   |            |   |                   |
| ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, На-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91                                  | .200/10    | <i>Каша пшеничная с маслом сливочным</i>        | 24-91             |
| ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, На-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90   | .031,25/25 | <i>Бутерброд с сыром</i>                        | 21-37             |
| ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1  | .200/13    | <i>Чай с сахаром</i>                            | 3-72              |
| ЭЦ-522, Б-14, Ж-17, У-77, Вит.С-1, На-686, К-219, Са-258, Mg-28, P-189, Fe-1                          |            |   | 50-00             |

Руководитель

Зав.производством