

## 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-292, Б-16, Ж-19, У-14, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1034, К-106, Са-43, Mg-10, P-55, Fe-1	.087	<i>Зразы рубленные</i>	66-15
ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, К-509, Са-35, Mg-22, P-66, Fe-1	.100	<i>Картофельное пюре</i>	13-08
ЭЦ-67, Б-2, Ж-2, У-9, Вит.С-53, Вит.РР-1, Na-16, К-240, Са-58, Mg-21, P-41, Fe-1	.080	<i>Капуста тушеная</i>	12
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	<i>Компот из яблок</i>	12-61
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	1к31,25г	<i>Хлеб народный</i>	2-16
ЭЦ-683, Б-23, Ж-25, У-90, Вит.С-81, Вит.РР-4, Na-2049, К-1016, Са-151, Mg-62, P-191, Fe-4			106
<b><u>5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-616, К-505, Са-26, Mg-27, P-89, Fe-1	.250/10	<i>Суп картоф. с мак.изд. филе цыпленка</i>	23-87
ЭЦ-272, Б-14, Ж-18, У-13, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-963, К-98, Са-40, Mg-9, P-51, Fe-1	.081	<i>Зразы рубленные</i>	61-63
ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, К-509, Са-35, Mg-22, P-66, Fe-1	.100	<i>Картофельное пюре</i>	13-14
ЭЦ-84, Б-3, Ж-3, У-12, Вит.С-66, Вит.РР-1, Na-21, К-301, Са-72, Mg-26, P-52, Fe-1	.100	<i>Капуста тушеная</i>	15
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к62,5г	<i>Хлеб народный</i>	4-32
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-853, Б-31, Ж-32, У-111, Вит.А-1, Вит.С-104, Вит.РР-7, Na-2769, К-1505, Са-193, Mg-98, P-313, Fe-6			122
<b><u>ОВЗ 1-4 класс</u></b>			
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	<i>Яйцо отварное</i>	12-80
ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, Na-470, К-241, Са-202, Mg-23, P-150	.200/10	<i>Каша ячневая с маслом</i>	29-52
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	1к31,25г	<i>Хлеб народный</i>	2-16
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	10-92
ЭЦ-131, Б-4, Ж-5, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-2, Na-493, К-404, Са-20, Mg-22, P-72, Fe-1	.200/20	<i>Суп картоф. с мак.изд. филе цыпленка</i>	33-60
ЭЦ-292, Б-16, Ж-19, У-14, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1034, К-106, Са-43, Mg-10, P-55, Fe-1	.087	<i>Зразы рубленные</i>	66-15
ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, К-509, Са-35, Mg-22, P-66, Fe-1	.100	<i>Картофельное пюре</i>	13-08
ЭЦ-67, Б-2, Ж-2, У-9, Вит.С-53, Вит.РР-1, Na-16, К-240, Са-58, Mg-21, P-41, Fe-1	.080	<i>Капуста тушеная</i>	12
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	<i>Компот из яблок</i>	12-61
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	1к31,25г	<i>Хлеб народный</i>	2-16
ЭЦ-1424, Б-48, Ж-53, У-188, Вит.А-1, Вит.С-97, Вит.РР-6, Na-3299, К-1900, Са-523, Mg-131, P-608, Fe-6			195
<b><u>ОВЗ 5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	<i>Яйцо отварное</i>	12-80
ЭЦ-421, Б-11, Ж-18, У-54, Вит.С-3, Na-587, К-302, Са-252, Mg-29, P-188	.250/12	<i>Каша ячневая с маслом</i>	36-36
ЭЦ-138, Б-3, Ж-6, У-18, Na-146, К-34, Са-7, Mg-4, P-24	.031,25/13	<i>Бутерброд с маслом сливочным</i>	15-87
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	1к31,25г	<i>Хлеб народный</i>	2-16
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	10-92
ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/1шт	<i>Йогурт фруктовый</i>	23-89
ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-616, К-505, Са-26, Mg-27, P-89, Fe-1	.250/10	<i>Суп картоф. с мак.изд. филе цыпленка</i>	23-87
ЭЦ-272, Б-14, Ж-18, У-13, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-963, К-98, Са-40, Mg-9, P-51, Fe-1	.081	<i>Зразы рубленные</i>	61-63
ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, К-509, Са-35, Mg-22, P-66, Fe-1	.100	<i>Картофельное пюре</i>	13-14
ЭЦ-84, Б-3, Ж-3, У-12, Вит.С-66, Вит.РР-1, Na-21, К-301, Са-72, Mg-26, P-52, Fe-1	.100	<i>Капуста тушеная</i>	15
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к62,5г	<i>Хлеб народный</i>	4-32
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-1785, Б-61, Ж-69, У-235, Вит.А-1, Вит.С-108, Вит.РР-7, Na-3789, К-2080, Са-602, Mg-155, P-720, Fe-7			224
<b><u>родительская плата</u></b>			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/12	<i>Каша ячневая с маслом сливочным</i>	25-96
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	8-80
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт./100	<i>Печенье "Слагодка шахматная"</i>	13-08
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	1к31,25г	<i>Хлеб народный</i>	2-16
ЭЦ-555, Б-15, Ж-12, У-95, Вит.С-2, Na-644, К-277, Са-195, Mg-30, P-168, Fe-1			50

Руководитель

Зав.производством