

**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-83, Б-1, Ж-6, У-7, Вит.С-14, На-124, К-123, Са-23, Mg-10, P-20, Fe-1	.060	Салат из свежей капусты с вареной свеклой	6-93
ЭЦ-302, Б-16, Ж-20, У-15, Вит.С-4, Вит.РР-2, На-1070, К-109, Са-44, Mg-10, P-57, Fe-1	.090/50	Зразы рубленые с соусом	67-32
ЭЦ-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, На-583, К-272, Са-20, Mg-143, P-215, Fe-5	.150	Каша гречневая рассыпчатая	19-35
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-16
ЭЦ-783, Б-29, Ж-33, У-93, Вит.С-46, Вит.РР-7, На-1958, К-538, Са-94, Mg-168, P-316, Fe-7			<b>106</b>
<b><u>5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-178, Б-6, Ж-12, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, На-81, К-428, Са-40, Mg-28, P-93, Fe-1	.250/6	Суп из овощей со сметаной	15-87
ЭЦ-83, Б-1, Ж-6, У-7, Вит.С-14, На-124, К-123, Са-23, Mg-10, P-20, Fe-1	.060	Салат из свежей капусты с вареной свеклой	6-93
ЭЦ-286, Б-15, Ж-19, У-14, Вит.С-4, Вит.РР-2, На-1010, К-103, Са-42, Mg-10, P-54, Fe-1	.085/50	Зразы рубленые с соусом	63-58
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, На-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая № 246	23-22
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-16
ЭЦ-1001, Б-36, Ж-45, У-113, Вит.А-1, Вит.С-70, Вит.РР-10, На-2096, К-1015, Са-137, Mg-225, P-449, Fe-9			<b>122</b>
<b><u>ОВЗ 1-4 класс</u></b>			
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/10	Каша рисовая с маслом сливочным	28-22
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-92
ЭЦ-138, Б-3, Ж-6, У-18, На-146, К-34, Са-7, Mg-4, P-24	.031,25/16	Бутерброд с маслом сливочным	18-94
ЭЦ-174, Б-6, Ж-11, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, На-68, К-393, Са-37, Mg-24, P-63, Fe-1	.250/10/10	Суп из овощей с мясом, сметаной	30-92
ЭЦ-83, Б-1, Ж-6, У-7, Вит.С-14, На-124, К-123, Са-23, Mg-10, P-20, Fe-1	.060	Салат из свежей капусты с вареной свеклой	6-93
ЭЦ-302, Б-16, Ж-20, У-15, Вит.С-4, Вит.РР-2, На-1070, К-109, Са-44, Mg-10, P-57, Fe-1	.090/50	Зразы рубленые с соусом	67-32
ЭЦ-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, На-583, К-272, Са-20, Mg-143, P-215, Fe-5	.150	Каша гречневая рассыпчатая	19-35
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-16
ЭЦ-1519, Б-48, Ж-66, У-186, Вит.А-1, Вит.С-72, Вит.РР-10, На-2666, К-1304, Са-388, Mg-247, P-653, Fe-9			<b>195</b>
<b><u>ОВЗ 5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-333, Б-7, Ж-13, У-47, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-488, К-213, Са-142, Mg-40, P-176, Fe-1	.220/11	Каша рисовая с маслом сливочным	30-81
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-92
ЭЦ-138, Б-3, Ж-6, У-18, На-146, К-34, Са-7, Mg-4, P-24	.031,25/16	Бутерброд с маслом сливочным	18-94
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, На-20, К-740, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый Икор	26-28
ЭЦ-174, Б-6, Ж-11, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, На-68, К-393, Са-37, Mg-24, P-63, Fe-1	.250/10/10	Суп из овощей с мясом, сметаной	30-92
ЭЦ-83, Б-1, Ж-6, У-7, Вит.С-14, На-124, К-123, Са-23, Mg-10, P-20, Fe-1	.060	Салат из свежей капусты с вареной свеклой	6-93
ЭЦ-286, Б-15, Ж-19, У-14, Вит.С-4, Вит.РР-2, На-1010, К-103, Са-42, Mg-10, P-54, Fe-1	.085/50	Зразы рубленые с соусом	63-58
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, На-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	23-22
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-16
ЭЦ-1681, Б-50, Ж-67, У-221, Вит.А-13001, Вит.С-112, Вит.РР-13, На-2787, К-2113, Са-603, Mg-379, P-889, Fe-12			<b>224</b>
<b><u>50 родительская плата</u></b>			
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/5	Каша рисовая с маслом сливочным	22-88
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-92
ЭЦ-138, Б-3, Ж-6, У-18, На-146, К-34, Са-7, Mg-4, P-24	.031,25/13	Бутерброд с маслом сливочным	16-20
ЭЦ-562, Б-13, Ж-22, У-81, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-640, К-373, Са-257, Mg-55, P-274, Fe-1			<b>50</b>

Руководитель

Зав.производством