

**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-39, Б-1, Ж-2, У-4, Вит.С-11, На-577, К-74, Са-24, Mg-8, P-13	.0738	<i>Салат из свежей капусты</i>	6-74
ЭЦ-794, Б-14, Ж-45, У-54, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-2, На-26, К-235, Са-46, Mg-61, P-148, Fe-1	.050/200	<i>Плов по - узбекски</i>	86-65
ЭЦ-97, У-25, Вит.С-2, На-3, К-35, Са-2, Mg-1, P-1	.200	<i>Напиток яблочный</i>	9-37
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, На-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	<i>Булка формовая</i>	3-24
ЭЦ-1078, Б-19, Ж-48, У-112, Вит.А-6, Вит.С-18, Вит.РР-3, На-842, К-398, Са-82, Mg-77, P-199, Fe-2			<b>106</b>
<b><u>5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-127, 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	<i>Борщ из св. капусты со сметаной</i>	15-48
ЭЦ-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-80, К-221, Са-254, Mg-39, P-350, Fe-1	.150/40	<i>Запеканка творожная с повидлом</i>	96-50
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-272, Б-8, Ж-3, У-54, Вит.РР-1, На-433, К-99, Са-18, Mg-13, P-68, Fe-1	.092	<i>Булка формовая</i>	5-98
ЭЦ-979, Б-33, Ж-44, У-114, Вит.А-9, Вит.В2-1, Вит.С-22, Вит.РР-3, На-1505, К-701, Са-331, Mg-81, P-484, Fe-4			<b>122</b>
<b><u>ОВЗ 1-4 класс</u></b>			
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-438, К-203, Са-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/10	<i>Каша манная с маслом сливочным</i>	24-08
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	10-92
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, На-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/20	<i>Бутерброд с сыром</i>	19-97
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>	34-03
ЭЦ-39, Б-1, Ж-2, У-4, Вит.С-11, На-577, К-74, Са-24, Mg-8, P-13	.0738	<i>Салат из свежей капусты</i>	6-74
ЭЦ-794, Б-14, Ж-45, У-54, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-2, На-26, К-235, Са-46, Mg-61, P-148, Fe-1	.050/200	<i>Плов по - узбекски</i>	86-65
ЭЦ-97, У-25, Вит.С-2, На-3, К-35, Са-2, Mg-1, P-1	.200	<i>Напиток яблочный</i>	9-37
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, На-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	<i>Булка формовая</i>	3-24
ЭЦ-1738, Б-37, Ж-74, У-202, Вит.А-7, Вит.С-37, Вит.РР-5, На-2370, К-1080, Са-507, Mg-143, P-555, Fe-4			<b>195</b>
<b><u>ОВЗ 5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-438, К-203, Са-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/10	<i>Каша манная с маслом сливочным</i>	24-08
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	10-92
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, На-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/20	<i>Бутерброд с сыром</i>	19-97
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	<i>Сок Фруктовый Икор</i>	26-28
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	.250/15/10	<i>Борщ из св. капусты с мясом, сметаной</i>	36-59
ЭЦ-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-80, К-221, Са-254, Mg-39, P-350, Fe-1	.150/40	<i>Запеканка творожная с повидлом</i>	96-50
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-255, Б-7, Ж-2, У-50, Вит.РР-1, На-405, К-93, Са-17, Mg-12, P-64, Fe-1	.086	<i>Булка формовая</i>	5-62
ЭЦ-1613, Б-48, Ж-63, У-212, Вит.А-13009, Вит.В2-1, Вит.С-64, Вит.РР-6, На-2233, К-1832, Са-912, Mg-226, P-969, Fe-7			<b>224</b>
<b><u>50 руб. родительская плата</u></b>			
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-438, К-203, Са-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/7	<i>Каша манная с маслом сливочным</i>	21-07
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Кофейный напиток с молоком № 692</i>	10-92
ЭЦ-138, Б-3, Ж-6, У-18, На-146, К-34, Са-7, Mg-4, P-24	.031,25/15	<i>Бутерброд (булка формовая) с маслом сливочным</i>	18-01
ЭЦ-560, Б-14, Ж-22, У-79, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-634, К-383, Са-259, Mg-40, P-243, Fe-1			<b>50</b>

Руководитель

Зав.производством