

**Меню Школа № 10**

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
--	-------	--------------------	-------------------

**1-4 класс**

ЭЦ-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-80, К-221, Са-254, Mg-39, P-350, Fe-1	.150/30	<b>Запеканка творожная с повидлом</b>	88-94
ЭЦ-160, Б-6, Ж-12, У-46, Вит.РР-1, Na-211, К-72, Са-13, Mg-9, P-49, Fe-1	.080	<b>Булочка Дорожная</b>	10-64
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<b>Чай с сахаром</b>	4-04
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<b>Хлеб витаминный</b>	2-38
ЭЦ-767, Б-30, Ж-46, У-98, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-2, Na-292, К-318, Са-272, Mg-52, P-407, Fe-3			<b>106</b>

**5-11 класс**

ЭЦ-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-615, К-368, Са-31, Mg-21, P-79, Fe-1	.250/15	<b>Суп карт. с горохом, цыпленком.</b>	20-40
ЭЦ-319, Б-15, Ж-20, У-21, Вит.А-1, Вит.С-7, Вит.РР-2, Na-2988, К-159, Са-51, Mg-16, P-57, Fe-1	.100/50	<b>Тефтели с соусом</b>	69-10
ЭЦ-257, Б-7, Ж-6, У-43, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-2477, К-127, Са-44, Mg-16, P-68, Fe-1	.180/20	<b>Макаронные изделия отварные с огурцом консервированным</b>	26-08
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<b>Чай с сахаром</b>	4-04
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<b>Хлеб витаминный</b>	2-38
ЭЦ-877, Б-32, Ж-37, У-108, Вит.А-2, Вит.С-21, Вит.РР-5, Na-6081, К-679, Са-131, Mg-57, P-212, Fe-4			<b>122</b>

**ОВЗ 1-4 класс**

ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	<b>Каша ячневая с маслом сливочным</b>	23-31
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	10-92
ЭЦ-257, Б-1, Ж-17, У-27, Вит.РР-1, Na-2, К-49, Са-6, Mg-3, P-9	.31,25 /10	<b>Бутерброд с маслом, повидлом</b>	21-57
ЭЦ-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-615, К-368, Са-31, Mg-21, P-79, Fe-1	.250/25	<b>Суп карт. с горохом, цыпленком.</b>	33-20
ЭЦ-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-80, К-221, Са-254, Mg-39, P-350, Fe-1	.150/30	<b>Запеканка творожная с повидлом</b>	88-94
ЭЦ-160, Б-6, Ж-12, У-46, Вит.РР-1, Na-211, К-72, Са-13, Mg-9, P-49, Fe-1	.080	<b>Булочка Дорожная</b>	10-64
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<b>Чай с сахаром</b>	4-04
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<b>Хлеб витаминный</b>	2-38
ЭЦ-1645, Б-51, Ж-88, У-208, Вит.А-9, Вит.В2-1, Вит.С-15, Вит.РР-5, Na-1396, К-1026, Са-552, Mg-104, P-676, Fe-4			<b>195</b>

**ОВЗ5-11 класс**

ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/шт	<b>Йогурт фруктовый</b>	23-89
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, К-181, Са-154, Mg-18, P-114	.250/14	<b>Каша ячневая с маслом сливочным</b>	30-71
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	10-92
ЭЦ-257, Б-1, Ж-17, У-27, Вит.РР-1, Na-2, К-49, Са-6, Mg-3, P-9	.31,25 /10	<b>Бутерброд с маслом, повидлом</b>	23-68
ЭЦ-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-615, К-368, Са-31, Mg-21, P-79, Fe-1	.250/25	<b>Суп карт. с горохом, цыпленком.</b>	33-20
ЭЦ-319, Б-15, Ж-20, У-21, Вит.А-1, Вит.С-7, Вит.РР-2, Na-2988, К-159, Са-51, Mg-16, P-57, Fe-1	.100/50	<b>Тефтели с соусом</b>	69-10
ЭЦ-257, Б-7, Ж-6, У-43, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-2477, К-127, Са-44, Mg-16, P-68, Fe-1	.180/20	<b>Макаронные изделия отварные с огурцом консервированным</b>	26-08
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<b>Чай с сахаром</b>	4-04
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<b>Хлеб витаминный</b>	2-38
ЭЦ-1709, Б-50, Ж-75, У-219, Вит.А-2, Вит.С-24, Вит.РР-6, Na-6679, К-1055, Са-411, Mg-92, P-425, Fe-4			<b>224</b>

**родительская плата**

ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	<b>Каша ячневая с маслом сливочным</b>	20-70
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	10-92
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/15	<b>Бутерброд с маслом сливочным</b>	18-38
ЭЦ-543, Б-12, Ж-26, У-66, Вит.С-2, Na-488, К-293, Са-245, Mg-28, P-184			<b>50</b>

Руководитель

Зав.производством

