## Меню Школа № 10

н. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы	Выход	Наименование блюда	Стоимост
(г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Быход	паименование олюда	ь питания
	<u>1-4</u>	класс	
ЭЦ-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1,	.150/20	Запеканка творожная с повидлом	89-34
Вит.PP-1, Na-80, K-221, Ca-254, Mg-39, P-350, Fe-1 ЭЦ-208, Б-4, Ж-6, У-35, Na-21, K-66, Ca-27, Mg-7, P-48,	.060	Манник	10-24
<sup>-</sup> e-1 ∋Ц-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
94-27, 6-1, Y-6	.1κ/31,25ε	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-815, Б-28, Ж-40, У-87, Вит.А-8, Вит.В2-1, Зит.С-1, Вит.РР-1, Na-102, K-312, Ca-286, Mg-50, Р-406, Fe-3	•		106
	5-11	класс	
ЭЦ-128, Б-2, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1,	.250/10/10		29-93
Na-991, K-356, Ca-54, Mg-25, P-58, Fe-1 ЭЦ-794, Б-14, Ж-45, У-54, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-26, K-235, Ca-46, Mg-61, P-148, Fe-1 ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1		Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	85-65
	.050/200 .200/15	Плов по - узбекски	83-03 4-04
94-27, 5-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, F-6, Fe-1	.200/13 .1κ/31,25ε	Чай с сахаром Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-1006, Б-17, Ж-52, У-89, Вит.А-7, Вит.С-26, Вит.РР-3, Na-1018, K-616, Ca-105, Mg-90, Р-214,		13tco ominiminon	122
-e-3	<u>OB3 1</u>	<u>-4 класс</u>	
9Ц-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, K-146, Ja-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшенная с маслом сливочным	23-54
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, K-48, Ca-130, Mg-10,	.031,25/25	Бутерброд с сыром	24-45
-90 Ц-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, K-146, Ca-120,	.200	Кофейный напиток с молоком	10-92
g-14, Р-90 Ц-102, Б-2, Ж-6, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1,	.200/10/15	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	30-09
la-792, K-285, Ca-43, Mg-20, P-47, Fe-1 ।Ц-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1,	.150/20	Запеканка творожная с повидлом	89-34
ыт.PP-1; Na-80, K-221, Ca-254, Mg-39, P-350, Fe-1 0Ц-208, Б-4, Ж-6, У-35, Na-21, K-66, Ca-27, Mg-7, P-48,	.060	Манник	10-24
e-1	.000 .200/15	манник Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1 ЭЦ-27, Б-1, У-6	.200/13 .1κ/31,25ε	чии с сахиром Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-1503, Б-48, Ж-67, У-180, Вит.А-9, Вит.В2-1, Вит.С-20, Вит.РР-2, Na-1629, К-937, Сa-702,	•		195
/////////////////////////////////////	OB3 5	<u>-11 класс</u>	
ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, Na-546, K-182, Ca-154, Mg-18, P-114	.250/11	Каша пшенная с маслом сливочным	27-69
ла-точ, Mg-10, F-114 90L-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Ca-130, Mg-10, 9-90	.031,25/25	Бутерброд с сыром	24-45
0Ц-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, K-146, Ca-120,	.200	Кофейный напиток с молоком	10-92
lg-14, Р-90 ⊔L-129, Б-33, К-1, Са-5, Mg-2, Р-2	.34 гр.	Конфеты Каракум	22-94
IЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1mm	Яйцо отварное	16
)Ц-128, Б-2, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, la-991, K-356, Ca-54, Mg-25, Р-58, Fe-1	.250/10/10	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	29-93
ВЦ-794, Б-14, Ж-45, У-54, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-2, la-26, K-235, Ca-46, Mg-61, Р-148, Fe-1	.050/200	Плов по - узбекски	85-65
94-26, K-235, Ca-46, Mg-61, F-146, Fe-1 94-57, Y-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1κ/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-1869, Б-75, Ж-81, У-182, Вит.А-7, Вит.С-29, Вит.РР-3, Na-1918, K-1052, Ca-537, Mg-139, Р-591, Fe-4			224
	родители	ьская плата	
		Variation of the state of the s	23-54
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, K-146,	.200/10	Каша пшенная с маслом сливочным	
Ca-123, Mg-14, P-91	.200/10 .200/15	Каша пшенная с маслом сливочным Чай с сахаром	4-04
		Чай с сахаром Бутерброд с сыром	

Руководитель

Зав.производством