

**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-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, Na-583, К-272, Са-20, Mg-143, P-215, Fe-5	.150	Каша гречневая рассыпчатая	19-35
ЭЦ-358, Б-17, Ж-25, У-17, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-6, Na-349, К-211, Са-22, Mg-20, P-147, Fe-2	.090/50	Биточки из филе цыпленка бр. с соусом	77-03
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	7-24
ЭЦ-786, Б-28, Ж-32, У-98, Вит.А-2, Вит.С-3, Вит.РР-8, Na-936, К-518, Са-74, Mg-184, P-391, Fe-8			<b>106</b>
<b><u>5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, Na-469, К-60, Са-20, Mg-6, P-11	.060	Салат из свежей капусты	5-84
ЭЦ-208, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-35, Вит.РР-2, Na-1613, К-1019, Са-71, Mg-45, P-132, Fe-2	.200	Картофельное пюре	24-27
ЭЦ-304, Б-37, Ж-15, У-6, Вит.А-1, Вит.С-3, Na-1816, К-73, Са-27, Mg-9, P-19	.100/25	Рыба припущенная с овощами	71-43
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-282, Б-4, Ж-13, У-38, Na-24, К-64, Са-28, Mg-7, P-46, Fe-1	.070	Пирог к чаю	14-68
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром № 685	3-40
ЭЦ-910, Б-47, Ж-37, У-97, Вит.А-1, Вит.С-47, Вит.РР-2, Na-3923, К-1241, Са-151, Mg-71, P-216, 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, Na-438, К-203, Са-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/10	Каша манная с маслом сливочным	23-93
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-119, Б-4, У-24	шт./30гр	Вафли "Вау-Вафля"	11-88
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45	.200	Кофе на молоке	15-11
ЭЦ-102, Б-2, Ж-6, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-792, К-285, Са-43, Mg-20, P-47, Fe-1	.200/15/10	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	35-70
ЭЦ-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, Na-583, К-272, Са-20, Mg-143, P-215, Fe-5	.150	Каша гречневая рассыпчатая	19-35
ЭЦ-358, Б-17, Ж-25, У-17, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-6, Na-349, К-211, Са-22, Mg-20, P-147, Fe-2	.090/50	Биточки из филе цыпленка бр. с соусом	77-03
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	7-24
ЭЦ-1412, Б-44, Ж-52, У-194, Вит.А-3, Вит.С-22, Вит.РР-10, Na-2191, К-1079, Са-309, Mg-233, P-612, Fe-10			<b>195</b>
<b><u>ОВЗ 5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-376, Б-9, Ж-15, У-51, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-548, К-254, Са-165, Mg-28, P-161, Fe-1	.250/14	Каша манная с маслом сливочным	31-51
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-119, Б-4, У-24	шт./30гр	Вафли "Вау-Вафля"	11-88
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45	.200	Кофе на молоке	15-11
ЭЦ-128, Б-2, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-991, К-356, Са-54, Mg-25, P-58, Fe-1	.250/15/10	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	41-12
ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, Na-469, К-60, Са-20, Mg-6, P-11	.060	Салат из свежей капусты	5-84
ЭЦ-208, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-35, Вит.РР-2, Na-1613, К-1019, Са-71, Mg-45, P-132, Fe-2	.200	Картофельное пюре	24-27
ЭЦ-304, Б-37, Ж-15, У-6, Вит.А-1, Вит.С-3, Na-1816, К-73, Са-27, Mg-9, P-19	.100/25	Рыба припущенная с овощами	71-43
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-282, Б-4, Ж-13, У-38, Na-24, К-64, Са-28, Mg-7, P-46, Fe-1	.070	Пирог к чаю	14-68
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-40
ЭЦ-1637, Б-65, Ж-61, У-206, Вит.А-2, Вит.С-71, Вит.РР-4, Na-5487, К-1924, Са-430, Mg-131, P-480, Fe-6			<b>224</b>
<b><u>родительская плата</u></b>			
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, К-203, Са-132, Mg-22, P-129, Fe-1	.200/6	Каша манная с маслом сливочным	19-55
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, К-73, Са-60, Mg-7, P-45	.200	Кофе на молоке	15-11
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/15	Бутерброд с сыром	15-34
ЭЦ-514, Б-14, Ж-18, У-73, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-711, К-324, Са-322, Mg-39, P-264, Fe-1			<b>50</b>

Руководитель

Зав.производством