

**Меню Школа № 10**

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<b><u>1-4 класс</u></b>			
ЭЦ-210, Б-5, Ж-5, У-35, Вит.РР-1, Na-2034, К-64, Са-30, Mg-9, P-49, Fe-1	.150	Макаронные изделия отварные	14-35
ЭЦ-258, Б-13, Ж-19, У-10, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-5, Na-370, К-185, Са-53, Mg-21, P-140, Fe-1	0.082/50	Суфле из филе птицы с соусом	51-64
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-22
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	5-22
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/50гр.	Печенье "Супер Котик"	30-57
ЭЦ-743, Б-27, Ж-28, У-96, Вит.А-1, Вит.С-4,			112
<b><u>5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, К-508, Са-35, Mg-22, P-66, Fe-1	.100	Картофельное пюре	12-79
ЭЦ-88, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-6, Вит.РР-1, Na-21, К-301, Са-72, Mg-26, P-52, Fe-1	.100	Капуста тушеная	17-20
ЭЦ-382, Б-18, Ж-26, У-14, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-7, Na-519, К-259, Са-75, Mg-29, P-196, Fe-2	0.115/50	Суфле из филе птицы с соусом	72-53
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-66
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	5-22
ЭЦ-347, Б-7, Ж-10, У-59, Вит.РР-1, Na-34, К-110, Са-46, Mg-12, P-80, Fe-1	.100	Манник	17-60
ЭЦ-1009, Б-32, Ж-43, У-126, Вит.А-1, Вит.С-87,			129
<b><u>ОВЗ 1-4 класс</u></b>			
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/10	Каша рисовая с маслом сливочным	28-22
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-22
ЭЦ-347, Б-7, Ж-10, У-59, Вит.РР-1, Na-34, К-110, Са-46, Mg-12, P-80, Fe-1	.100	Манник	17-60
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	5-22
ЭЦ-139, Б-5, Ж-9, У-10, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-7, Na-54, К-314, Са-29, Mg-18, P-50, Fe-1	.200/15/10	Суп из овощей с мясом, сметаной	34-74
ЭЦ-210, Б-5, Ж-5, У-35, Вит.С-3, Na-2034, К-64, Са-30, Mg-9, P-49, Fe-1	.150	Макаронные изделия отварные	14-35
ЭЦ-258, Б-13, Ж-19, У-10, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-5, Na-370, К-185, Са-53, Mg-21, P-140, Fe-1	0.082/50	Суфле из филе птицы с соусом	51-64
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-22
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	5-22
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/50гр.	Печенье "Супер Котик"	30-57
ЭЦ-1672, Б-49, Ж-61, У-236, Вит.А-2, Вит.С-25,			206
<b><u>ОВЗ 5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-379, Б-7, Ж-15, У-53, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-554, К-242, Са-162, Mg-46, P-200, Fe-1	.250/7	Каша рисовая с маслом сливочным	28-80
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-22
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	5-22
ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/1шт	Йогурт фруктовый	27-45
ЭЦ-174, Б-6, Ж-11, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-68, К-393, Са-37, Mg-24, P-99, Fe-1	.250/15/10	Суп из овощей с мясом, сметаной	37-31
ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, К-508, Са-35, Mg-22, P-66, Fe-1	.100	Картофельное пюре	12-79
ЭЦ-88, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-6, Вит.РР-1, Na-21, К-301, Са-72, Mg-26, P-52, Fe-1	.100	Капуста тушеная	17-20
ЭЦ-382, Б-18, Ж-26, У-14, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-7, Na-519, К-259, Са-75, Mg-29, P-196, Fe-2	0.115/50	Суфле из филе птицы с соусом	72-53
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-66
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	5-22
ЭЦ-347, Б-7, Ж-10, У-59, Вит.РР-1, Na-34, К-110, Са-46, Mg-12, P-80, Fe-1	.100	Манник	17-60
ЭЦ-1802, Б-53, Ж-75, У-233, Вит.А-2, Вит.С-			236
<b><u>родительская плата</u></b>			
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/5	Каша рисовая с маслом сливочным	22-61
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-22
ЭЦ-347, Б-7, Ж-10, У-59, Вит.РР-1, Na-34, К-110, Са-46, Mg-12, P-80, Fe-1	.094	Манник	16-56
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-742, Б-15, Ж-23, У-121, Вит.С-2, Вит.РР-2,			50

Руководитель

Зав. производством