

**Меню школы № 10**

Эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<b><u>1-4 класс 123 руб.</u></b>			
ЭЦ-504, Б-22, Ж-35, У-9, Вит.С-2, Na-2223, К-53, Са-33, Mg-6, P-33, Fe-1	.095	Шницель рубленый Дружба	78-39
ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-917, Са-64, Mg-40, P-119, Fe-2	.180	Картофельное пюре	24-12
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	6-88
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-61
ЭЦ-840, Б-28, Ж-42, У-72, Вит.А-1, Вит.С-34, Вит.РР-3, Na-3678, К-1005, Са-129, Mg-67, P-181, Fe-4			112
<b><u>5-11 класс 129 руб</u></b>			
ЭЦ-192, Б-7, Ж-9, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-609, К-486, Са-32, Mg-25, P-71, Fe-1	.250/15	Суп картоф.с мак.изд.,мясом	31-52
ЭЦ-522, Б-23, Ж-33, У-34, Вит.А-18, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-94, К-263, Са-288, Mg-42, P-367, Fe-1	.145/21	Запеканка творожная с повидлом	91-47
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-40
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-61
ЭЦ-798, Б-31, Ж-42, У-76, Вит.А-19, Вит.С-18, Вит.РР-3, Na-704, К-774, Са-325, Mg-71, P-446, Fe-3			129
<b><u>ОВЗ 1-4 класс</u></b>			
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, К-39, Са-9, Mg-6, P-28	.31,25/13	Бутерброд с маслом сливочным	17-37
ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, Na-470, К-241, Са-202, Mg-23, P-150	.200/5	Каша ячневая с маслом	23-20
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	16-86
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт/38 гр.	Вафли Боярушка	14-06
ЭЦ-775, Б-19, Ж-28, У-112, Вит.С-3, Na-720, К-427, Са-331, Mg-43, P-268			
ЭЦ-154, Б-6, Ж-7, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-487, К-389, Са-26, Mg-20, P-57, Fe-1	.200/10	Суп картоф.с мак.изд.,мясом	22-51
ЭЦ-504, Б-22, Ж-35, У-9, Вит.С-2, Na-2223, К-53, Са-33, Mg-6, P-33, Fe-1	.095	Шницель рубленый Дружба	78-39
ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-917, Са-64, Mg-40, P-119, Fe-2	.180	Картофельное пюре	24-12
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	6-88
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-61
ЭЦ-994, Б-34, Ж-49, У-89, Вит.А-2, Вит.С-47, Вит.РР-4, Na-4165, К-1394, Са-155, Mg-87, P-238, Fe-5			206
<b><u>ОВЗ 5-11 класс 236 руб.</u></b>			
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, К-39, Са-9, Mg-6, P-28	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	19-42
ЭЦ-421, Б-11, Ж-18, У-54, Вит.С-3, Na-587, К-302, Са-252, Mg-29, P-188	.250/6	Каша ячневая с маслом	29-21
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	16-86
ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/1шт	Йогурт фруктовый	27-45
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт/38 гр.	Вафли Боярушка	14-06
ЭЦ-959, Б-25, Ж-36, У-137, Вит.С-4, Na-837, К-488, Са-381, Mg-49, P-306			
ЭЦ-192, Б-7, Ж-9, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-609, К-486, Са-32, Mg-25, P-71, Fe-1	.250/15	Суп картоф.с мак.изд.,мясом	31-52
ЭЦ-522, Б-23, Ж-33, У-34, Вит.А-18, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-94, К-263, Са-288, Mg-42, P-367, Fe-1	.145/21	Запеканка творожная с повидлом	91-47
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-40
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-61
ЭЦ-798, Б-31, Ж-42, У-76, Вит.А-19, Вит.С-18, Вит.РР-3, Na-704, К-774, Са-325, Mg-71, P-446, Fe-3			236
<b><u>родительская плата 50 руб.</u></b>			
ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, Na-470, К-241, Са-202, Mg-23, P-150	.200	Каша ячневая	17-59
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	16-86
ЭЦ-74, Б-2, Ж-1, У-15, Na-118, К-27, Са-5, Mg-3, P-19	.025	Булка формовая	1-49
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт/38 гр.	Вафли Боярушка	14-06
ЭЦ-679, Б-18, Ж-20, У-107, Вит.С-3, Na-638, К-415, Са-327, Mg-40, P-259			50

Руководитель

Зав.производством