

13 Сентября 2024 г.

**Меню Школа № 10**

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

**1-4 класс**

|   |          |                            |       |
|---|----------|----------------------------|-------|
| ЭЦ-524, Б-27, Ж-26, У-44, Вит.А-1, Вит.С-59, Вит.РР-7, Na-72, К-1534, Са-37, Mg-68, P-165, Fe-3   | .070/200 | <i>Жаркое по-домашнему</i> | 89-06 |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1  | .200/15  | <i>Чай с сахаром</i>       | 3-63  |
| ЭЦ-220, Б-9, Ж-7, У-29, Вит.РР-1, Na-400, К-77, Са-210, Mg-17, P-145, Fe-1                        | .050/20  | <i>Бутерброд с сыром</i>   | 24-31 |
|   |          |                            | <hr/> |
| ЭЦ-801, Б-36, Ж-33, У-88, Вит.А-1, Вит.С-59, Вит.РР-8, Na-473, К-1636, Са-252, Mg-89, P-318, Fe-5 |          |                            | 117   |

**5-11 класс**

|   |            |   |       |
|---|------------|---|-------|
| ЭЦ-223, Б-7, Ж-11, У-23, Вит.А-9, Вит.С-34, Вит.РР-3, Na-787, К-774, Са-98, Mg-69, P-154, Fe-2      | .250/20/10 | <i>Рассольник Домашний с цыпл, сметаной</i> | 34-47 |
| ЭЦ-329, Б-23, Ж-24, У-5, Вит.А-1, Вит.С-2, Na-242, К-63, Са-75, Mg-12, P-56                         | .105       | <i>Рыба под сырной корочкой</i>             | 73-04 |
| ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1         | .180       | <i>Рис припущенный с овощами</i>            | 18-57 |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1  | .200/15/7  | <i>Чай с сахаром, лимоном</i>               | 6-31  |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6   | .1к/31,25г | <i>Хлеб витаминный</i>                      | 2-61  |
|   |            |   | <hr/> |
| ЭЦ-916, Б-36, Ж-43, У-96, Вит.А-11, Вит.С-38, Вит.РР-4, Na-1724, К-959, Са-197, Mg-121, P-325, Fe-4 |            |   | 135   |

**ОВЗ 1-4 клас**

|  |           |   |       |
|--|-----------|---|-------|
| ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91                                   | .200/9    | <i>Каша пшеничная с маслом сливочным</i>    | 24-44 |
| ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90                                     | .200      | <i>Какао с молоком</i>                      | 19-33 |
| ЭЦ-100, Б-3, У-20  | 1шт       | <i>Печенье "Полезный завтрак"</i>           | 12-18 |
| ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3   | .31,25/10 | <i>Бутерброд с маслом сливочным</i>         | 14-38 |
| ЭЦ-178, Б-5, Ж-9, У-18, Вит.А-7, Вит.С-27, Вит.РР-3, Na-629, К-619, Са-79, Mg-55, P-123, Fe-2          | .200/20/6 | <i>Рассольник Домашний с цыпл, сметаной</i> | 27-67 |
| ЭЦ-524, Б-27, Ж-26, У-44, Вит.А-1, Вит.С-59, Вит.РР-7, Na-72, К-1534, Са-37, Mg-68, P-165, Fe-3        | .070/200  | <i>Жаркое по-домашнему</i>                  | 89-06 |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1   | .200/15   | <i>Чай с сахаром</i>                        | 3-63  |
| ЭЦ-220, Б-9, Ж-7, У-29, Вит.РР-1, Na-400, К-77, Са-210, Mg-17, P-145, Fe-1                             | .050/20   | <i>Бутерброд с сыром</i>                    | 24-31 |
|  |           |   | <hr/> |
| ЭЦ-1696, Б-57, Ж-72, У-201, Вит.А-8, Вит.С-88, Вит.РР-11, Na-1590, К-2550, Са-576, Mg-172, P-625, Fe-7 |           |   | 215   |

**ОВЗ 5-11 класс**

|   |            |   |       |
|---|------------|---|-------|
| ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, Na-546, К-182, Са-154, Mg-18, P-114                                    | .250/13    | <i>Каша пшеничная с маслом сливочным</i>    | 32-75 |
| ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90  | .200       | <i>Какао с молоком</i>                      | 19-33 |
| ЭЦ-100, Б-3, У-20   | 1шт        | <i>Печенье "Полезный завтрак"</i>           | 12-18 |
| ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3  | .31,25/15  | <i>Бутерброд с маслом сливочным</i>         | 20-26 |
| ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-740, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2                   | 0.200      | <i>Сок Фруктовый</i>                        | 27-48 |
| ЭЦ-223, Б-7, Ж-11, У-23, Вит.А-9, Вит.С-34, Вит.РР-3, Na-787, К-774, Са-98, Mg-69, P-154, Fe-2            | .250/20/10 | <i>Рассольник Домашний с цыпл, сметаной</i> | 34-47 |
| ЭЦ-329, Б-23, Ж-24, У-5, Вит.А-1, Вит.С-2, Na-242, К-63, Са-75, Mg-12, P-56                               | .105       | <i>Рыба под сырной корочкой</i>             | 73-04 |
| ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1               | .180       | <i>Рис припущенный с овощами</i>            | 18-57 |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1  | .200/15/7  | <i>Чай с сахаром, лимоном</i>               | 6-31  |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6   | .1к/31,25г | <i>Хлеб витаминный</i>                      | 2-61  |
|   |            |   | <hr/> |
| ЭЦ-1807, Б-54, Ж-76, У-225, Вит.А-13011, Вит.С-81, Вит.РР-6, Na-2341, К-2030, Са-673, Mg-253, P-712, Fe-6 |            |   | 247   |

**50 родительская плата**

|   |         |  |       |
|---|---------|--|-------|
| ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91    | .200/10 | <i>Каша пшеничная с маслом сливочным</i> | 25-33 |
| ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90      | .200    | <i>Кофейный напиток с молоком</i>        | 10    |
| ЭЦ-100, Б-3, У-20   | 1шт     | <i>Печенье "Полезный завтрак"</i>        | 12-18 |
| ЭЦ-118, Б-3, Ж-1, У-23, Na-188, К-43, Са-8, Mg-6, P-30                  | .040    | <i>Булка формовая</i>                    | 2-49  |
|   |         |  | <hr/> |
| ЭЦ-668, Б-19, Ж-18, У-107, Вит.С-2, Na-675, К-335, Са-251, Mg-34, P-211 |         |  | 50    |

Руководитель

Зав.производством