

**Меню Школа № 10**

эн. пев. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<b><u>1-4 класс</u></b>			
ЭЦ-6, У-1, Вит.С-2, На-42, К-59, Са-10, Mg-6, P-10	.023	<i>Нарезка из огурцов</i>	7-92
ЭЦ-953, Б-17, Ж-54, У-65, Вит.А-7, Вит.С-6, Вит.РР-2, На-31, К-282, Са-55, Mg-74, P-178, Fe-2	.060/200	<i>Плов по - узбекски</i>	99-28
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	<i>Компот из сухофруктов</i>	7-19
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-61
ЭЦ-1109, Б-19, Ж-54, У-103, Вит.А-8, Вит.С-9, Вит.РР-3, На-77, К-376, Са-97, Mg-101, P-217, Fe-3			117
<b><u>5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, На-602, К-331, Са-27, Mg-18, P-47, Fe-1	.250/10/10	<i>Суп карт. с горохом, мясом, сметаной</i>	28-62
ЭЦ-289, Б-16, Ж-18, У-16, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, На-2390, К-127, Са-41, Mg-13, P-46, Fe-1	.080/50	<i>Тфтели с соусом</i>	58-69
ЭЦ-266, Б-7, Ж-6, У-45, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-2506, К-97, Са-40, Mg-15, P-72, Fe-1	.180/20	<i>Макаронные изделия отварные с зел.горошком консерв.</i>	32-17
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	<i>Напиток Витошка</i>	11-04
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, На-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	<i>Хлеб народный</i>	4-48
ЭЦ-982, Б-39, Ж-36, У-128, Вит.А-2, Вит.С-47, Вит.РР-9, На-5860, К-622, Са-123, Mg-56, P-212, Fe-4			135
<b><u>ОВЗ 1-4 класс</u></b>			
ЭЦ-220, Б-9, Ж-7, У-29, Вит.РР-1, На-400, К-77, Са-210, Mg-17, P-145, Fe-1	.050/20	<i>Бутерброд с сыром</i>	25-98
ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, На-470, К-241, Са-202, Mg-23, P-150	.200/7	<i>Каша ячневая с маслом</i>	25-56
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	8-27
ЭЦ-154, Б-6, Ж-7, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, На-482, К-266, Са-22, Mg-14, P-39, Fe-1	.1шт./38г	<i>Пирожное Боярушка</i>	14-06
ЭЦ-6, У-1, Вит.С-2, На-42, К-59, Са-10, Mg-6, P-10	.200/10/10	<i>Суп карт. с горохом, мясом, сметаной</i>	24-13
ЭЦ-953, Б-17, Ж-54, У-65, Вит.А-7, Вит.С-6, Вит.РР-2, На-31, К-282, Са-55, Mg-74, P-178, Fe-2	.023	<i>Нарезка из огурцов конс.</i>	7-92
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.060/200	<i>Плов по - узбекски</i>	99-28
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.200	<i>Компот из сухофруктов</i>	7-19
ЭЦ-1906, Б-45, Ж-84, У-210, Вит.А-9, Вит.С-21, Вит.РР-5, На-1455, К-1058, Са-596, Mg-166, P-604, Fe-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-61
			215
<b><u>ОВЗ 5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-220, Б-9, Ж-7, У-29, Вит.РР-1, На-400, К-77, Са-210, Mg-17, P-145, Fe-1	.050/20	<i>Бутерброд с сыром</i>	25-98
ЭЦ-421, Б-11, Ж-18, У-54, Вит.С-3, На-587, К-302, Са-252, Mg-29, P-188	.250/12	<i>Каша ячневая с маслом</i>	34-26
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	8-27
ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14	.1шт./38г	<i>Пирожное Боярушка</i>	14-06
ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, На-602, К-331, Са-27, Mg-18, P-47, Fe-1	.125/шт	<i>Йогурт фруктовый</i>	29-43
ЭЦ-289, Б-16, Ж-18, У-16, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, На-2390, К-127, Са-41, Mg-13, P-46, Fe-1	.250/10/10	<i>Суп карт. с горохом, мясом, сметаной</i>	28-62
ЭЦ-266, Б-7, Ж-6, У-45, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-2506, К-97, Са-40, Mg-15, P-72, Fe-1	.080/50	<i>Тфтели с соусом</i>	58-69
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.180/20	<i>Макаронные изделия отварные с зел.горошком консерв.</i>	32-17
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, На-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.200	<i>Напиток Витошка</i>	11-04
ЭЦ-1809, Б-65, Ж-67, У-242, Вит.А-2, Вит.С-51, Вит.РР-10, На-6873, К-1099, Са-650, Mg-113, P-598, Fe-6	.2к/62,5г	<i>Хлеб народный</i>	4-48
			247
<b><u>50 родительская плата</u></b>			
ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, На-470, К-241, Са-202, Mg-23, P-150	.200/10	<i>Каша ячневая с маслом</i>	25-83
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	8-27
ЭЦ-88, Б-2, Ж-1, У-18, На-141, К-32, Са-6, Mg-4, P-22	.1шт./38г	<i>Пирожное Боярушка</i>	14-06
ЭЦ-511, Б-13, Ж-17, У-78, Вит.С-3, На-637, К-371, Са-273, Mg-38, P-225, Fe-1	.030	<i>Булка формовая</i>	1-84
			50

Руководитель  
Зав.производством

