

**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-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-80, К-221, Са-254, Mg-39, P-350, Fe-1	.150/25	<b>Запеканка творожная с повидлом</b>	96-64
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<b>Чай с сахаром</b>	3-63
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/12	<b>Бутерброд с маслом сливочным</b>	16-73
ЭЦ-719, Б-24, Ж-46, У-52, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-82, К-248, Са-261, Mg-43, P-361, Fe-2			117
<b><u>5-11 класс</u></b>			
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	.250/10/7	<b>Борщ из св. капусты с мясом, сметаной</b>	27-49
ЭЦ-464, Б-26, Ж-26, У-32, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-4, Na-5182, К-133, Са-67, Mg-16, P-52, Fe-1	.100	<b>Биточки мясные</b>	72-60
ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, К-509, Са-35, Mg-22, P-66, Fe-1	.100	<b>Картофельное пюре</b>	11-11
ЭЦ-68, Б-2, Ж-2, У-9, Вит.С-53, Вит.РР-1, Na-16, К-240, Са-58, Mg-21, P-41, Fe-1	.080	<b>Капуста тушеная</b>	14
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	<b>Компот из сухофруктов</b>	7-19
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<b>Хлеб витаминный</b>	2-61
ЭЦ-914, Б-34, Ж-39, У-107, Вит.А-3, Вит.С-97, Вит.РР-8, Na-6999, К-1273, Са-246, Mg-105, P-246, Fe-5			135
<b><u>ОВЗ 1-4 класс</u></b>			
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	<b>Каша пшеничная с маслом сливочным</b>	25-33
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<b>Чай с молоком</b>	8-27
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/22	<b>Бутерброд с сыром</b>	25-70
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт	<b>Печенье "Полезный завтрак"</b>	12-18
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	.200/10/10	<b>Борщ из св. капусты с мясом, сметаной</b>	26-52
ЭЦ-523, Б-23, Ж-34, У-31, Вит.А-8, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-80, К-221, Са-254, Mg-39, P-350, Fe-1	.150/25	<b>Запеканка творожная с повидлом</b>	96-64
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<b>Чай с сахаром</b>	3-63
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/12	<b>Бутерброд с маслом сливочным</b>	16-73
ЭЦ-1472, Б-45, Ж-71, У-162, Вит.А-9, Вит.В2-1, Вит.С-20, Вит.РР-2, Na-1585, К-825, Са-622, Mg-98, P-642, Fe-4			215
<b><u>ОВЗ 5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, Na-546, К-182, Са-154, Mg-18, P-114	.250/15	<b>Каша пшеничная с маслом сливочным</b>	34-61
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<b>Чай с молоком</b>	8-27
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/26	<b>Бутерброд с сыром</b>	29-46
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт	<b>Печенье "Полезный завтрак"</b>	12-18
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	<b>Соц Фруктовый</b>	27-48
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	.250/10/7	<b>Борщ из св. капусты с мясом, сметаной</b>	27-49
ЭЦ-464, Б-26, Ж-26, У-32, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-4, Na-5182, К-133, Са-67, Mg-16, P-52, Fe-1	.100	<b>Биточки мясны</b>	72-60
ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, К-509, Са-35, Mg-22, P-66, Fe-1	.100	<b>Картофельное пюре</b>	11-11
ЭЦ-68, Б-2, Ж-2, У-9, Вит.С-53, Вит.РР-1, Na-16, К-240, Са-58, Mg-21, P-41, Fe-1	.080	<b>Капуста тушеная</b>	14
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	<b>Компот из сухофруктов</b>	7-19
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<b>Хлеб витаминный</b>	2-61
ЭЦ-1739, Б-55, Ж-61, У-240, Вит.А-13003, Вит.С-140, Вит.РР-10, Na-7839, К-2341, Са-795, Mg-244, P-683, Fe-8			247
<b><u>родительская плата</u></b>			
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/12	<b>Каша пшеничная с маслом сливочным</b>	27-71
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<b>Чай с молоком</b>	8-27
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт	<b>Печенье "Полезный завтрак"</b>	12-18
ЭЦ-88, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, К-32, Са-6, Mg-4, P-22	.030	<b>Булка формовая</b>	1-84
ЭЦ-603, Б-16, Ж-16, У-99, Вит.С-2, Na-604, К-276, Са-194, Mg-29, P-166, Fe-1			50

Руководитель

Зав.производством