

**Меню школа № 10**

зн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<b>1-4 класс</b>			
ЭЦ-418, Б-9, Ж-29, У-4, Вит.С-3, Na-3, К-63, Са-5, Mg-4, P-12	.050/50	Гуляш	66-70
ЭЦ-371, Б-12, Ж-9, У-59, Вит.РР-2, Na-778, К-363, Са-27, Mg-191, P-287, Fe-6	.200	Каша гречневая рассыпчатая	20-21
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	Сок Фруктовый 1кор	27-48
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-908, Б-22, Ж-38, У-92, Вит.А-13000, Вит.С-43, Вит.РР-4, Na-801, К-1166, Са-232, Mg-295, P-479, Fe-8			117
<b>5-11 класс</b>			
ЭЦ-180, Ж-2, У-3, Вит.С-1, Na-160, К-32, Са-4, Mg-3, P-6	.1шт/90/10	Треугольник тресковый с маслом сл.	63-70
ЭЦ-295, Б-5, Ж-8, У-49, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-733, К-103, Са-20, Mg-38, P-113, Fe-1	.190/30	Рис припущенный с овощами, зеленый горошек конс.	37-68
ЭЦ-18, Б-1, У-3, Вит.С-5, Na-166, К-46, Са-9, Mg-10, P-29	.110	Крендель в сахаре	28-25
ЭЦ-451, Б-7, Ж-16, У-70, Вит.РР-1, Na-44, К-86, Са-18, Mg-11, P-67, Fe-1	.200/7	Чай с сахаром	2-76
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-1028, Б-14, Ж-26, У-146, Вит.А-1, Вит.С-8, Вит.РР-2, Na-1104, К-292, Са-56, Mg-66, P-223, Fe-3			135
<b>ОВЗ 1-4 класс</b>			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/8	Каша ячневая с маслом сливочным	25-27
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	17-91
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	20-69
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/24гр.	Печень "Земляничное"	7-54
ЭЦ-671, Б-14, Ж-27, У-91, Вит.С-2, Na-488, К-294, Са-245, Mg-28, P-184			
ЭЦ-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-615, К-368, Са-31, Mg-21, P-79, Fe-1	.250/10/10	Суп карт. с горохом, филе цыпл., сметаной	26-59
ЭЦ-418, Б-9, Ж-29, У-4, Вит.С-3, Na-3, К-63, Са-5, Mg-4, P-12	.050/50	Гуляш	66-70
ЭЦ-371, Б-12, Ж-9, У-59, Вит.РР-2, Na-778, К-363, Са-27, Mg-191, P-287, Fe-6	.200	Каша гречневая рассыпчатая	20-21
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	Сок Фруктовый 1кор	27-48
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-1125, Б-31, Ж-49, У-115, Вит.А-13001, Вит.С-55, Вит.РР-6, Na-1416, К-1534, Са-263, Mg-316, P-558, Fe-9			215-00
<b>ОВЗ 5-11 класс</b>			
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, К-181, Са-154, Mg-18, P-114	.250/10	Каша ячневая с маслом сливочным	31-61
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	25-57
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	20-69
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/24гр.	Печень "Земляничное"	7-54
ЭЦ-742, Б-16, Ж-30, У-101, Вит.С-3, Na-597, К-330, Са-276, Mg-32, P-207			
ЭЦ-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-615, К-368, Са-31, Mg-21, P-79, Fe-1	.250/10/10	Суп карт. с горохом, филе цыпл., сметаной	26-59
ЭЦ-180, Ж-2, У-3, Вит.С-1, Na-160, К-32, Са-4, Mg-3, P-6	.1шт/90/10	Треугольник тресковый с маслом сл.	63-70
ЭЦ-295, Б-5, Ж-8, У-49, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-733, К-103, Са-20, Mg-38, P-113, Fe-1	.190/30	Рис припущенный с овощами, зеленый горошек конс.	37-68
ЭЦ-18, Б-1, У-3, Вит.С-5, Na-166, К-46, Са-9, Mg-10, P-29	.110	Крендель в сахаре	28-25
ЭЦ-451, Б-7, Ж-16, У-70, Вит.РР-1, Na-44, К-86, Са-18, Mg-11, P-67, Fe-1	.200/7	Чай с сахаром	2-76
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-27, Б-1, У-6			247-00
ЭЦ-1245, Б-23, Ж-37, У-169, Вит.А-2, Вит.С-20, Вит.РР-4, Na-1719, К-660, Са-87, Mg-87, P-302, Fe-4			
<b>60 родительская плата</b>			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	28-67
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	20-69
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/24гр.	Печень "Земляничное"	7-54
ЭЦ-147, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	3-10
ЭЦ-679, Б-17, Ж-16, У-114, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-723, К-346, Са-253, Mg-35, P-218, Fe-1			60

Руководитель

Зав.производством