

**Меню Школа № 10**

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

1-4 класс

|  |           |                     |       |
|--|-----------|---------------------|-------|
| ЭЦ-449, Б-23, Ж-22, У-38, Вит.С-50, Вит.РР-6, Na-62, К-1315, Са-32, Mg-58, P-142, Fe-2   | .060/150  | Жаркое по-домашнему | 82-12 |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1   | .200/15   | Чай с сахаром       | 3-63  |
| ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1                         | .31,25/25 | Бутерброд с сыром   | 31-25 |
| ЭЦ-673, Б-31, Ж-28, У-72, Вит.С-50, Вит.РР-6, Na-427, К-1400, Са-245, Mg-78, P-284, Fe-4 |           |                     | 117   |

5-11 класс

|  |            |                                       |       |
|--|------------|---------------------------------------|-------|
| ЭЦ-224, Б-8, Ж-11, У-22, Вит.А-9, Вит.С-34, Вит.РР-3, Na-775, К-742, Са-96, Mg-66, P-127, Fe-2       | .250/10/10 | Рассольник Домашний с мясом, сметаной | 35-82 |
| ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, К-79, Са-36, Mg-11, P-61, Fe-1                            | .180       | Макаронные изделия отварные           | 19-80 |
| ЭЦ-454, Б-10, Ж-28, У-18, Вит.А-1, Вит.С-3, Na-2937, К-76, Са-38, Mg-9, P-30, Fe-1                   | .085/50    | Биточки мясные с соусом               | 70-53 |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1   | .200/15    | Чай с сахаром                         | 3-63  |
| ЭЦ-54, Б-2, У-11   | .2к/62,5г  | Хлеб витаминный                       | 5-22  |
| ЭЦ-1048, Б-27, Ж-45, У-110, Вит.А-10, Вит.С-37, Вит.РР-4, Na-6154, К-922, Са-175, Mg-90, P-226, Fe-5 |            |                                       | 135   |

ОВЗ 1-4 класс

|   |            |                                       |       |
|---|------------|---------------------------------------|-------|
| ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91                                  | .200/12    | Каша пшеничная с маслом сливочным     | 33-44 |
| ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1                                 | .200       | Чай с молоком                         | 8-95  |
| ЭЦ-347, Б-7, Ж-10, У-59, Вит.РР-1, Na-34, К-110, Са-46, Mg-12, P-80, Fe-1                             | .100       | Манник                                | 20-78 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6   | .1к/31,25г | Хлеб витаминный                       | 2-61  |
| ЭЦ-179, Б-6, Ж-9, У-18, Вит.А-7, Вит.С-27, Вит.РР-2, Na-620, К-594, Са-77, Mg-53, P-102, Fe-2         | .200/10/10 | Рассольник Домашний с мясом, сметаной | 32-22 |
| ЭЦ-449, Б-23, Ж-22, У-38, Вит.С-50, Вит.РР-6, Na-62, К-1315, Са-32, Mg-58, P-142, Fe-2                | .060/150   | Жаркое по-домашнему                   | 82-12 |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1  | .200/15    | Чай с сахаром                         | 3-63  |
| ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1                                      | .31,25/25  | Бутерброд с сыром                     | 31-25 |
| ЭЦ-1641, Б-56, Ж-62, У-216, Вит.А-7, Вит.С-79, Вит.РР-9, Na-1544, К-2348, Са-556, Mg-168, P-610, Fe-8 |            |                                       | 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                                     | .250/7     | Каша пшеничная с маслом сливочным     | 29-26 |
| ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1                                      | .200       | Чай с молоком                         | 8-95  |
| ЭЦ-347, Б-7, Ж-10, У-59, Вит.РР-1, Na-34, К-110, Са-46, Mg-12, P-80, Fe-1                                  | .100       | Манник                                | 20-78 |
| ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1   | .31,25/20  | Бутерброд с сыром                     | 25-53 |
| 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-224, Б-8, Ж-11, У-22, Вит.А-9, Вит.С-34, Вит.РР-3, Na-775, К-742, Са-96, Mg-66, P-127, Fe-2             | .250/10/10 | Рассольник Домашний с мясом, сметаной | 35-82 |
| ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, К-79, Са-36, Mg-11, P-61, Fe-1                                  | .180       | Макаронные изделия отварные           | 19-80 |
| ЭЦ-454, Б-10, Ж-28, У-18, Вит.А-1, Вит.С-3, Na-2937, К-76, Са-38, Mg-9, P-30, Fe-1                         | .085/50    | Биточки мясные с соусом               | 70-53 |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1   | .200/15    | Чай с сахаром                         | 3-63  |
| ЭЦ-54, Б-2, У-11   | .2к/62,5г  | Хлеб витаминный                       | 5-22  |
| ЭЦ-2151, Б-55, Ж-79, У-283, Вит.А-13010, Вит.С-80, Вит.РР-7, Na-7144, К-2112, Са-848, Mg-247, P-787, Fe-10 |            |                                       | 247   |

60 родительская плата

|   |            |                                   |       |
|---|------------|-----------------------------------|-------|
| ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91                    | .200/8     | Каша пшеничная с маслом сливочным | 27-66 |
| ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1                   | .200       | Чай с молоком                     | 8-95  |
| ЭЦ-347, Б-7, Ж-10, У-59, Вит.РР-1, Na-34, К-110, Са-46, Mg-12, P-80, Fe-1               | .100       | Манник                            | 20-78 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6   | .1к/31,25г | Хлеб витаминный                   | 2-61  |
| ЭЦ-789, Б-19, Ж-25, У-126, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-497, К-354, Са-234, Mg-37, P-224, Fe-2 |            |                                   | 60    |

Руководитель

Зав.производством

