

**Меню Школа № 10**

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

**1-4 класс**

ЭЦ-988, Б-65, Ж-77, У-9, Вит.А-2, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-27, Na-531, К-726, Са-71, Mg-71, P-596, Fe-6	.090	<b>Колбаски витаминные</b>	<b>78-90</b>
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	.180/20	<b>Рис припущенный с овощами с огуриц.конс.</b>	<b>29-18</b>
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	<b>Чай с сахаром, лимоном</b>	<b>6-31</b>
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<b>Хлеб витаминный</b>	<b>2-61</b>
ЭЦ-1352, Б-71, Ж-85, У-77, Вит.А-3, Вит.В2-1, Вит.С-3, Вит.РР-28, Na-1226, К-848, Са-95, Mg-111, P-711, Fe-8			<b>117</b>

**5-11 класс**

ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-616, К-505, Са-26, Mg-27, P-89, Fe-1	.250/20	<b>Суп картоф. с мак.изд. филе цыпленка</b>	<b>33-81</b>
ЭЦ-220, Б-15, Ж-14, У-8, Вит.С-1, Вит.РР-2, Na-1551, К-19, Са-19, Mg-2, P-10	.100	<b>Котлета мясная</b>	<b>67-05</b>
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>	<b>12-96</b>
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>	<b>14-94</b>
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<b>Чай с сахаром</b>	<b>3-63</b>
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<b>Хлеб витаминный</b>	<b>2-61</b>
ЭЦ-640, Б-26, Ж-26, У-74, Вит.А-1, Вит.С-88, Вит.РР-6, Na-2990, К-1298, Са-143, Mg-76, P-214, Fe-4			<b>135</b>

**ОВЗ 1-4 класс**

ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	<b>Каша ячневая с маслом сливочным</b>	<b>28-41</b>
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>	<b>8-95</b>
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/20	<b>Бутерброд с сыром</b>	<b>28-74</b>
ЭЦ-131, Б-4, Ж-5, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-2, Na-493, К-404, Са-20, Mg-22, P-72, Fe-1	.200/20	<b>Суп картоф. с мак.изд. филе цыпленка</b>	<b>31-90</b>
ЭЦ-988, Б-65, Ж-77, У-9, Вит.А-2, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-27, Na-531, К-726, Са-71, Mg-71, P-596, Fe-6	.090	<b>Колбаски витаминные</b>	<b>78-90</b>
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	.180/20	<b>Рис припущенный с овощами с огуриц.конс.</b>	<b>29-18</b>
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15/7	<b>Чай с сахаром, лимоном</b>	<b>6-31</b>
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<b>Хлеб витаминный</b>	<b>2-61</b>
ЭЦ-2019, Б-92, Ж-108, У-170, Вит.А-4, Вит.В2-1, Вит.С-18, Вит.РР-30, Na-2546, К-1555, Са-511, Mg-174, P-1061, Fe-11			<b>215</b>

**ОВЗ 5-11 класс**

ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, К-181, Са-154, Mg-18, P-114	.250/15	<b>Каша ячневая с маслом сливочным</b>	<b>39-34</b>
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>	<b>8-95</b>
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/20/12	<b>Бутерброд с сыром и маслом сл.</b>	<b>44-72</b>
ЭЦ-133, Б-34, К-1, Са-5, Mg-2, P-2	.1шт	<b>Конфеты "Гулливер"</b>	<b>18-99</b>
ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-616, К-505, Са-26, Mg-27, P-89, Fe-1	.250/20	<b>Суп картоф. с мак.изд. филе цыпленка</b>	<b>33-81</b>
ЭЦ-220, Б-15, Ж-14, У-8, Вит.С-1, Вит.РР-2, Na-1551, К-19, Са-19, Mg-2, P-10	.100	<b>Котлета мясная</b>	<b>67-05</b>
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>	<b>12-96</b>
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>	<b>14-94</b>
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<b>Чай с сахаром</b>	<b>3-63</b>
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<b>Хлеб витаминный</b>	<b>2-61</b>
ЭЦ-1380, Б-79, Ж-47, У-160, Вит.А-1, Вит.С-91, Вит.РР-6, Na-3926, К-1638, Са-575, Mg-123, P-517, Fe-6			<b>247</b>

**60 родительская плата**

ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/12	<b>Каша ячневая с маслом сливочным</b>	<b>31-41</b>
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	<b>10-68</b>
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/10	<b>Бутерброд с маслом сливочным</b>	<b>17-91</b>
ЭЦ-543, Б-12, Ж-26, У-66, Вит.С-2, Na-488, К-293, Са-245, Mg-28, P-184			<b>60</b>

Руководитель \_\_\_\_\_

Зав.производством \_\_\_\_\_