

**Меню Школа № 10**

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

**ОВЗ 1-4 класс**

ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, Р-3	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	25-54
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	30-43
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-79
ЭЦ-139, Б-5, Ж-9, У-10, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-1, Na-54, К-314, Са-29, Mg-19, P-50, Fe-1	.200/15/9	Суп из овощей с мясом, сметаной	35-24
ЭЦ-549, Б-12, Ж-38, У-5, Вит.С-4, Na-3, К-80, Са-6, Mg-5, P-15	.067/67	Гуляш из свинины	90-23
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	18-19
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-1719, Б-44, Ж-84, У-162, Вит.А-1, Вит.С-53, Вит.РР-7, Na-1401, К-1044, Са-311, Mg-228, P-527, Fe-7			225

**ОВЗ 5-11 класс**

ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, Р-3	.31,25/20	Бутерброд с маслом сливочным	32-55
ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, Na-546, К-182, Са-154, Mg-18, P-114	.250/15	Каша пшеничная с маслом сливочным	41-86
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	20-91
ЭЦ-100, Б-3, У-20	шт./100	Печенье "Сахарное"	20-10
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-174, Б-6, Ж-11, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-68, К-393, Са-37, Mg-24, P-63, Fe-1	.250/10/10	Суп из овощей с мясом, сметаной	31-59
ЭЦ-492, Б-11, Ж-34, У-4, Вит.С-4, Na-3, К-72, Са-5, Mg-5, P-13	.060/60	Гуляш из свинины	80-64
ЭЦ-302, Б-5, Ж-8, У-50, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-752, К-105, Са-20, Mg-39, P-116, Fe-1	.195	Рис припущенный с овощами	22-56
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-63
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-1972, Б-44, Ж-86, У-217, Вит.А-2, Вит.С-33, Вит.РР-3, Na-1733, К-984, Са-355, Mg-112, P-447, Fe-3			259

**1-4 класс**

ЭЦ-549, Б-12, Ж-38, У-5, Вит.С-4, Na-3, К-80, Са-6, Mg-5, P-15	.067/67	Гуляш из свинины	90-23
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	18-19
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-991, Б-25, Ж-46, У-82, Вит.С-32, Вит.РР-6, Na-859, К-436, Са-37, Mg-181, P-293, Fe-6			123

**5-11 класс**

ЭЦ-174, Б-6, Ж-11, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-68, К-393, Са-37, Mg-24, P-63, Fe-1	.250/10/10	Суп из овощей с мясом, сметаной	31-59
ЭЦ-492, Б-11, Ж-34, У-4, Вит.С-4, Na-3, К-72, Са-5, Mg-5, P-13	.060/60	Гуляш из свинины	80-64
ЭЦ-302, Б-5, Ж-8, У-50, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-752, К-105, Са-20, Mg-39, P-116, Fe-1	.195	Рис припущенный с овощами	22-56
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-63
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-1099, Б-24, Ж-53, У-96, Вит.А-2, Вит.С-30, Вит.РР-3, Na-980, К-624, Са-73, Mg-76, P-220, Fe-3			141

**60 родительская плата**

ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, Р-3	.31,25/12	Бутерброд с маслом сливочным	20-51
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	30-43
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	9-06
ЭЦ-554, Б-12, Ж-27, У-67, Вит.С-2, Na-464, К-246, Са-190, Mg-25, P-147, Fe-1			60

Руководитель

Зав.производством