

**Меню Школа № 10**

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

**ОВЗ 1-4 класс**

|                                                                                                        |             |                                            |       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--------------------------------------------|-------|
| ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, На-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91                                   | .200/8      | Каша ячневая с маслом сливочным            | 25-04 |
| ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90                                     | .200        | Кофейный напиток с молоком                 | 10-34 |
| ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1                                       | .31,25/20   | Бутерброд с сыром                          | 25-11 |
|                                                                                                        | .шт./38г    | Пирожное Боярушка                          | 15-87 |
| ЭЦ-107, Б-4, Ж-4, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, На-795, К-375, Са-20, Mg-20, P-51, Fe-1           | .200/20     | Суп картоф. с крупой, рыбой                | 25-64 |
| ЭЦ-460, Б-28, Ж-31, У-17, Вит.РР-11, На-189, К-318, Са-55, Mg-30, P-260, Fe-2                          | .100        | Котлета из филе цыпленка бр.               | 79-34 |
| ЭЦ-252, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, На-2441, К-77, Са-36, Mg-11, P-59, Fe-1                              | .180/25     | Макаронные изделия отварные с зел.горошком | 33-46 |
| ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1                    | .200        | Компот из сухофруктов                      | 7-19  |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6                                                                                        | .1кг/31,25г | Хлеб витаминный                            | 3-01  |
| ЭЦ-1540, Б-59, Ж-61, У-190, Вит.А-2, Вит.С-16, Вит.РР-14, На-4280, К-1156, Са-594, Mg-126, P-714, Fe-6 |             |                                            | 225   |

**ОВЗ 5-11 класс**

|                                                                                                           |            |                                 |       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|---------------------------------|-------|
| ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, На-546, К-181, Са-154, Mg-18, P-114                                     | .250/12    | Каша ячневая с маслом сливочным | 33-68 |
| ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90                                        | .200       | Кофейный напиток с молоком      | 10-34 |
| ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1                                          | .31,25/2   | Бутерброд с сыром               | 30-63 |
|                                                                                                           | .шт./38г   | Пирожное Боярушка               | 15-87 |
| ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, На-20, К-740, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2                   | 0.200      | Сок Фруктовый 1кор              | 27-48 |
| ЭЦ-134, Б-5, Ж-4, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-993, К-469, Са-25, Mg-26, P-64, Fe-1              | .250/20    | Суп картоф. с крупой, рыбой     | 25-52 |
| ЭЦ-208, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-35, Вит.РР-2, На-1613, К-1019, Са-71, Mg-45, P-132, Fe-2                    | .200       | Картофельное пюре               | 26-60 |
| ЭЦ-451, Б-10, Ж-31, У-4, Вит.С-3, На-3, К-66, Са-5, Mg-4, P-12                                            | .055/55    | Гуляш из свинины                | 74-40 |
| ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1                                                            | .200/15/7  | Чай с сахаром, лимоном          | 8-46  |
| ЭЦ-54, Б-2, У-11                                                                                          | .2кг/62,5г | Хлеб витаминный                 | 6-02  |
| ЭЦ-1638, Б-42, Ж-65, У-188, Вит.А-13001, Вит.С-98, Вит.РР-5, На-3590, К-2706, Са-788, Mg-227, P-734, Fe-7 |            |                                 | 259   |

**1-4 класс**

|                                                                                                   |             |                                            |       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--------------------------------------------|-------|
| ЭЦ-460, Б-28, Ж-31, У-17, Вит.РР-11, На-189, К-318, Са-55, Mg-30, P-260, Fe-2                     | .100        | Котлета из филе цыпленка бр.               | 79-34 |
| ЭЦ-252, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, На-2441, К-77, Са-36, Mg-11, P-59, Fe-1                         | .180/25     | Макаронные изделия отварные с зел.горошком | 33-46 |
| ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1               | .200        | Компот из сухофруктов                      | 7-19  |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6                                                                                   | .1кг/31,25г | Хлеб витаминный                            | 3-01  |
| ЭЦ-862, Б-36, Ж-37, У-97, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-13, На-2634, К-430, Са-123, Mg-62, P-348, Fe-4 |             |                                            | 123   |

**5-11 класс**

|                                                                                                    |            |                             |       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-----------------------------|-------|
| ЭЦ-134, Б-5, Ж-4, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-993, К-469, Са-25, Mg-26, P-64, Fe-1       | .250/20    | Суп картоф. с крупой, рыбой | 25-52 |
| ЭЦ-208, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-35, Вит.РР-2, На-1613, К-1019, Са-71, Mg-45, P-132, Fe-2             | .200       | Картофельное пюре           | 26-60 |
| ЭЦ-451, Б-10, Ж-31, У-4, Вит.С-3, На-3, К-66, Са-5, Mg-4, P-12                                     | .055/55    | Гуляш из свинины            | 74-40 |
| ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1                                                     | .200/15/7  | Чай с сахаром, лимоном      | 8-46  |
| ЭЦ-54, Б-2, У-11                                                                                   | .2кг/62,5г | Хлеб витаминный             | 6-02  |
| ЭЦ-904, Б-21, Ж-42, У-76, Вит.А-1, Вит.С-55, Вит.РР-3, На-2610, К-1579, Са-106, Mg-79, P-216, Fe-4 |            |                             | 141   |

**60 родительская плата**

|                                                                              |           |                                 |       |
|------------------------------------------------------------------------------|-----------|---------------------------------|-------|
| ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, На-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91         | .200/10   | Каша ячневая с маслом сливочным | 27-77 |
| ЭЦ-57, У-15, На-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, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1             | .31,25/23 | Бутерброд с сыром               | 28-60 |
| ЭЦ-507, Б-15, Ж-16, У-74, Вит.С-1, На-802, К-230, Са-336, Mg-34, P-233, Fe-2 |           |                                 | 60    |

Руководитель

Зав.производством