

**Меню Школа № 10**

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<b><u>ОВЗ 1-4 класс</u></b>			
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, На-1, К-2, Са-2, Р-3	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	18-31
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, На-437, К-146, Са-123, Мг-14, Р-91	.200/7	Каша пшеничная с маслом сливочным	24-70
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Мг-11, Р-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-60
ЭЦ-398, Б-37, Ж-7, У-46, Вит.РР-1, На-316, К-97, Са-23, Мг-14, Р-73, Fe-1	.095	Пирог Дружная семейка	23-82
ЭЦ-127, Б-5, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-1, На-575, К-248, Са-40, Мг-17, Р-41, Fe-1	.200/10/6	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	26-57
ЭЦ-220, Б-9, Ж-7, У-29, Вит.РР-1, На-400, К-77, Са-210, Мг-17, Р-145, Fe-1	.050/20	Бутерброд с сыром	21-07
ЭЦ-279, Б-17, Ж-22, У-3, Вит.В2-1, Вит.С-1, На-463, К-243, Са-127, Мг-22, Р-284, Fe-3	.177/5	Омлет натуральный с маслом сливочным	89-63
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-63
ЭЦ-100, Б-3, У-20	шт/24гр.	Печенье "Земляничное"	8-67
ЭЦ-1735, Б-83, Ж-72, У-187, Вит.А-1, Вит.В2-1, Вит.С-27, Вит.РР-3, На-2219, К-936, Са-595, Мг-99, Р-698, Fe-8			225
<b><u>ОВЗ 5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, На-1, К-2, Са-2, Р-3	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	18-31
ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, На-546, К-182, Са-154, Мг-18, Р-114	.250/14	Каша пшеничная с маслом сливочным	39-79
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Мг-11, Р-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-60
ЭЦ-398, Б-37, Ж-7, У-46, Вит.РР-1, На-316, К-97, Са-23, Мг-14, Р-73, Fe-1	.095	Пирог Дружная семейка	23-82
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, На-20, К-740, Са-200, Мг-100, Р-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый 1кор	27-48
ЭЦ-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, На-719, К-310, Са-50, Мг-21, Р-51, Fe-1	.250/10/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	33-66
ЭЦ-279, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-694, К-97, Са-19, Мг-36, Р-107, Fe-1	.180	Рис припущенный с овощами	21-01
ЭЦ-486, Б-10, Ж-35, У-4, Вит.С-6, На-1283, К-104, Са-22, Мг-8, Р-22	.055/15	Поджарка из свинины	76-68
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-63
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-02
ЭЦ-2161, Б-74, Ж-91, У-233, Вит.А-13002, Вит.С-81, Вит.РР-5, На-3606, К-1655, Са-540, Мг-212, Р-611, Fe-7			259
<b><u>1-4 класс</u></b>			
ЭЦ-220, Б-9, Ж-7, У-29, Вит.РР-1, На-400, К-77, Са-210, Мг-17, Р-145, Fe-1	.050/20	Бутерброд с сыром	21-07
ЭЦ-279, Б-17, Ж-22, У-3, Вит.В2-1, Вит.С-1, На-463, К-243, Са-127, Мг-22, Р-284, Fe-3	.177/5	Омлет натуральный с маслом сливочным	89-63
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-63
ЭЦ-100, Б-3, У-20	шт/24гр.	Печенье "Земляничное"	8-67
ЭЦ-656, Б-29, Ж-29, У-67, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-864, К-345, Са-342, Мг-43, Р-437, Fe-5			123
<b><u>5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, На-719, К-310, Са-50, Мг-21, Р-51, Fe-1	.250/10/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	33-66
ЭЦ-279, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-694, К-97, Са-19, Мг-36, Р-107, Fe-1	.180	Рис припущенный с овощами	21-01
ЭЦ-486, Б-10, Ж-35, У-4, Вит.С-6, На-1283, К-104, Са-22, Мг-8, Р-22	.055/15	Поджарка из свинины	76-68
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-63
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-02
ЭЦ-1035, Б-23, Ж-54, У-86, Вит.А-2, Вит.С-38, Вит.РР-2, На-2697, К-536, Са-96, Мг-69, Р-188, Fe-3			141
<b><u>60 родительская плата</u></b>			
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, На-437, К-146, Са-123, Мг-14, Р-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	29-54
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-63
ЭЦ-398, Б-37, Ж-7, У-46, Вит.РР-1, На-316, К-97, Са-23, Мг-14, Р-73, Fe-1	.095	Пирог Дружная семейка	23-82
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-811, Б-47, Ж-20, У-111, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-754, К-268, Са-151, Мг-32, Р-172, Fe-2			60

Руководитель

Зав.производством