

## Меню Школа № 10

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

**1-4 класс**

|                                                                                               |            |                                                     |       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-----------------------------------------------------|-------|
| ЭЦ-233, Б-4, Ж-6, У-39, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-579, К-81, Са-16, Мг-30, Р-89, Fe-1             | .150/50    | <i>Рис припущенный с овощами с кабачковой икрой</i> | 35-64 |
| ЭЦ-418, Б-23, Ж-23, У-29, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-3, Мг-100, К-100, Са-20, Мг-14, Р-17, Fe-4 | .090       | <i>Котлета мясная</i>                               | 77-28 |
| ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-25, Са-20, Мг-31, Р-20, Fe-1           | .200       | <i>Компот из урюка</i>                              | 14-07 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6                                                                               | .1к/31,25г | <i>Хлеб витаминный</i>                              | 3-01  |
| ЭЦ-801, Б-29, Ж-29, У-105, Вит.А-2, Вит.С-6,                                                  |            |                                                     | 130   |

*5-11 класс*

|                                                                             |            |                                      |       |
|-----------------------------------------------------------------------------|------------|--------------------------------------|-------|
| ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, На-2441, К-77, Са-26 | .250/10/6  | Суп карт. с горохом, мясом, сметаной | 28-64 |
| ЭЦ-362, Б-19, Ж-23, У-21, Вит.А-1, Вит.С-7, Вит.РР-3, На-2441, К-77, Са-26  | .100/50    | Тефтели с соусом                     | 80-84 |
| ЭЦ-252, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, На-2441, К-77, Са-26                      | .180/20    | Макаронные изделия отварные с        | 28-28 |
| ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1                              | .200/15/7  | Чай с сахаром, лимоном               | 8-23  |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6                                                             | .1к/31,25г | Хлеб витаминный                      | 3-01  |
| ЭЦ-919, Б-36, Ж-40, У-108, Вит.А-2, Вит.С-19,                               |            |                                      | 149   |

**ОВЗ 1-4 класс**

|                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                    |                                                                                                                             |                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|
| ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Мг-16,<br>ЭЦ-291, Б-9, Ж-9, У-44, Вит.С-1, На-437, К-145, Са-<br>ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-<br>ЭЦ-100, Б-3, У-20                                                           | .31,25./17<br>.200/10<br>.200<br>шт/24гр.          | Бутерброд с сыром<br>Каша пшенная с маслом сливочным<br>Кофейный напиток с молоком<br>Печенье "Земляничное"                 | 25-59<br>34-78<br>12-40<br>8-67          |
| ЭЦ-177, Б-8, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1,<br>ЭЦ-233, Б-4, Ж-6, У-39, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-579, К-<br>ЭЦ-418, Б-23, Ж-23, У-29, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-3,<br>ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4,<br>ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .200/10/6<br>.150/50<br>.090<br>.200<br>.1к/31,25г | Суп карт. с горохом, мясом, сметаной<br>Рис припущенный с овощами с<br>Котлета мясная<br>Компот из урюка<br>Хлеб витаминный | 26-56<br>35-64<br>77-28<br>14-07<br>3-01 |
| ЭЦ-1657, Б-61, Ж-57, У-226, Вит.А-3, Вит.С-17,                                                                                                                                                                                                   |                                                    |                                                                                                                             | 238                                      |

**ОВЗ 5-11 класс**

|                                                                                                                                                                                                                                                  |                                             |                                                                                                                                              |                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|
| ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Мг-16,<br>ЭЦ-364, Б-11, Ж-11, У-55, Вит.С-2, На-546, К-181, Са-<br>ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-<br>ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, На-20,<br>ЭЦ-100, Б-3, У-20 | .31,25/15<br>.250/11<br>.200<br>0.200       | <i>Бутерброд с сыром</i><br><i>Каша пшенная с маслом сливочным</i><br><i>Кофейный напиток с молоком</i><br><i>Сок Фруктовый</i>              | 22-72<br>40-79<br>12-40<br>28-68 |
| ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-<br>ЭЦ-362, Б-19, Ж-23, У-21, Вит.А-1, Вит.С-7, Вит.РР-3,<br>ЭЦ-252, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, На-2441, К-77, Са-<br>ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1                          | шт/30гр.<br>.250/10/6<br>.100/50<br>.180/20 | <i>Печенье Коломенское</i><br><i>Суп карт. с горохом, мясом, сметаной</i><br><i>Тефтели с соусом</i><br><i>Макаронные изделия отварные с</i> | 20-41<br>28-64<br>80-84<br>28-28 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6                                                                                                                                                                                                                                  | .200/15/7                                   | <i>Чай с сахаром, лимоном</i>                                                                                                                | 8-23                             |
| ЭЦ-1763, Б-62, Ж-61, У-245, Вит.А-13002,                                                                                                                                                                                                         | .1к/31,25г                                  | <i>Хлеб витаминный</i>                                                                                                                       | 3-01                             |
|                                                                                                                                                                                                                                                  |                                             |                                                                                                                                              | 274                              |

### 60 родительская плата

|                                                                          |             |                                   |       |
|--------------------------------------------------------------------------|-------------|-----------------------------------|-------|
| ЭЦ-291, Б-9, Ж-9, У-44, Вит.С-1, На-437, К-145, Са-122, Ма-14, Р-22      | .200/12     | Каша пшеничная с маслом сливочным | 37-77 |
| ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Ма-14, Р-22, Вит.Е-1 | .200        | Чай с молоком                     | 10-55 |
| ЭЦ-100, Б-3, У-20                                                        | шт/24гр.    | Печенье "Земляничное"             | 8-67  |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6                                                          | .1кг/31,25г | Хлеб витаминный                   | 3-01  |
| ЭЦ-504, Б-15, Ж-11, У-87, Вит.С-2, На-463, К-                            |             |                                   | 60    |

Руководитель

Зав. производством