

**Меню Школа № 10**

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<b><u>1-4 класс горячий завтрак</u></b>			
ЭЦ-449, Б-23, Ж-22, У-38, Вит.С-50, Вит.РР-б, Na-б2, К-1315, Са-32, Ма-58, Р-142, Fe-2	.060/150	<b>Жаркое по-домашнему</b>	107-64
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<b>Чай с сахаром</b>	3-74
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/20	<b>Бутерброд с сыром</b>	28-30
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<b>Хлеб витаминный</b>	3-32
ЭЦ-669, Б-29, Ж-26, У-77, Вит.С-50, Вит.РР-6,			<b>143</b>
<b><u>5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-1/9, Б-5, Ж-12, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-2, Na-1003, К-391, Са-56, Ма-29, Р-88, Fe-2	.250/10/10	<b>Борщ из св. капусты с цыпленком,</b>	37-56
ЭЦ-282, Б-19, Ж-21, У-4, Вит.А-1, Вит.С-2, Na-207, К-54, Са-64, Ма-10, Р-48	.090	<b>Рыба под сырной корочкой</b>	95-02
ЭЦ-279, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Са-19, Ма-36, Р-107, Fe-1	.180	<b>Рис припущенный с овощами</b>	19-48
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>	6-30
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	<b>Хлеб витаминный</b>	6-64
ЭЦ-851, Б-31, Ж-41, У-91, Вит.А-3, Вит.С-25,			<b>165</b>
<b><u>ОВЗ 1-4 класс</u></b>			
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, Р-3	.31,25/15	<b>Бутерброд с маслом сливочным</b>	29-54
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>	32-82
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<b>Какао с молоком</b>	19-08
ЭЦ-179, Б-5, Ж-12, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-2, Na-1003, К-391, Са-56, Ма-29, Р-88, Fe-2	.250/10/10	<b>Борщ из св. капусты с цыпленком,</b>	37-56
ЭЦ-449, Б-23, Ж-22, У-38, Вит.С-50, Вит.РР-б, Na-б2, К-1315, Са-32, Ма-58, Р-142, Fe-2	.060/150	<b>Жаркое по-домашнему</b>	107-64
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<b>Чай с сахаром</b>	3-74
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/20	<b>Бутерброд с сыром</b>	28-30
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<b>Хлеб витаминный</b>	3-32
ЭЦ-1419, Б-45, Ж-65, У-162, Вит.А-1, Вит.С-73,			<b>262</b>
<b><u>ОВЗ 5-11 класс</u></b>			
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, Р-3	.31,25/20	<b>Бутерброд с маслом сливочным</b>	38-68
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>	45-97
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<b>Какао с молоком</b>	19-08
ЭЦ-297, Б-8, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-304, К-100, Са-30, Mg-12, P-76, Fe-1	0.120	<b>Булочка Сладена</b>	33-27
ЭЦ-179, Б-5, Ж-12, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-2, Na-1003, К-391, Са-56, Ма-29, Р-88, Fe-2	.250/10/10	<b>Борщ из св. капусты с цыпленком,</b>	37-56
ЭЦ-282, Б-19, Ж-21, У-4, Вит.А-1, Вит.С-2, Na-207, К-54, Са-64, Ма-10, Р-48	.090	<b>Рыба под сырной корочкой</b>	95-02
ЭЦ-279, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Са-19, Ма-36, Р-107, Fe-1	.180	<b>Рис припущенный с овощами</b>	19-48
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>	6-30
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	<b>Хлеб витаминный</b>	6-64
ЭЦ-1784, Б-52, Ж-78, У-219, Вит.А-3, Вит.С-28,			<b>302</b>
<b><u>60 родительская плата</u></b>			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/8	<b>Каша ячневая с маслом сливочным</b>	29-41
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-145, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	12-53
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<b>Хлеб витаминный</b>	3-32
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/25гр.	<b>Печенье Кременкульское</b>	14-74
ЭЦ-531, Б-15, Ж-14, У-86, Вит.С-2, Na-487, К-			<b>60</b>

Руководитель \_\_\_\_\_  
Зав.производством \_\_\_\_\_

