

16 Сентября 2025 г.

Меню Школа № 10

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

1-4 класс

ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180/60	<i>Рис припущенный с овощами с кабачковой икрой</i>	39-89
ЭЦ-319, Б-17, Ж-21, У-16, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1129, К-115, Са-47, Mg-11, P-60, Fe-1	.095/5	<i>Зразы рубленые с маслом сливочным</i>	81-14
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	<i>Компот из сухофруктов</i>	6-39
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к31,25г	<i>Хлеб народный 1 кус.</i>	2-58
ЭЦ-796, Б-25, Ж-29, У-109, Вит.А-2, Вит.С-7, Вит.РР-4, Na-1983, К-276, Са-104, Mg-72, P-216, Fe-3			130

5-11 класс

ЭЦ-192, Б-8, Ж-9, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, К-332, Са-28, Mg-18, P-48, Fe-1	.250/10/10	<i>Суп карт. с горохом, мясом, сметаной</i>	33-35
ЭЦ-252, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, К-77, Са-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180/30	<i>Макаронные изделия отварные с икрой кабачковой</i>	30-24
ЭЦ-445, Б-10, Ж-30, У-8, Вит.С-1, Na-3099, К-19, Са-33, Mg-3, P-13	.100	<i>Шницель мясной</i>	76-36
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-89
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к62,5г	<i>Хлеб народный</i>	5-16
ЭЦ-1118, Б-30, Ж-46, У-124, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-3, Na-6505, К-520, Са-117, Mg-46, P-175, Fe-4			149

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/10	<i>Бутерброд с маслом сливочным</i>	19-84
ЭЦ-291, Б-9, Ж-9, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-90	.200/10	<i>Каша пшенная с маслом сливочным</i>	28-26
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	9-47
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт/28гр.	<i>Вафли "Белоснежка"</i>	21-62
ЭЦ-154, Б-6, Ж-7, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-482, К-266, Са-22, Mg-14, P-39, Fe-1	.200/10/10	<i>Суп карт. с горохом, мясом, сметаной</i>	28-81
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180/60	<i>Рис припущенный с овощами с кабачковой икрой</i>	39-89
ЭЦ-319, Б-17, Ж-21, У-16, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1129, К-115, Са-47, Mg-11, P-60, Fe-1	.095/5	<i>Зразы рубленые с маслом сливочным</i>	81-14
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	<i>Компот из сухофруктов</i>	6-39
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к31,25г	<i>Хлеб народный</i>	2-58
ЭЦ-1585, Б-47, Ж-59, У-218, Вит.А-3, Вит.С-18, Вит.РР-5, Na-2929, К-787, Са-316, Mg-111, P-401, Fe-5			238

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/15	<i>Бутерброд с маслом сливочным</i>	28-26
ЭЦ-364, Б-11, Ж-11, У-55, Вит.С-2, Na-546, К-181, Са-153, Mg-18, P-113	.250/10	<i>Каша пшенная с маслом сливочным</i>	36-97
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	9-47
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-740, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	<i>Сок Фруктовый</i>	28-68
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт/28гр.	<i>Вафли "Белоснежка"</i>	21-62
ЭЦ-192, Б-8, Ж-9, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, К-332, Са-28, Mg-18, P-48, Fe-1	.250/10/10	<i>Суп карт. с горохом, мясом, сметаной</i>	33-35
ЭЦ-252, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, К-77, Са-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180/30	<i>Макаронные изделия отварные с икрой кабачковой</i>	30-24
ЭЦ-445, Б-10, Ж-30, У-8, Вит.С-1, Na-3099, К-19, Са-33, Mg-3, P-13	.100	<i>Шницель мясной</i>	76-36
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-89
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к62,5г	<i>Хлеб народный</i>	5-16
ЭЦ-1918, Б-48, Ж-71, У-249, Вит.А-13001, Вит.С-56, Вит.РР-5, Na-7098, К-1541, Са-537, Mg-175, P-524, Fe-7			274

60 родительская плата

ЭЦ-291, Б-9, Ж-9, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-90	.200/10	<i>Каша пшенная с маслом сливочным</i>	32-51
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-89
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/17	<i>Бутерброд с сыром</i>	23-60
ЭЦ-515, Б-17, Ж-15, У-78, Вит.С-1, Na-802, К-230, Са-336, Mg-34, P-232, Fe-2			60

Руководитель

Зав.производством