

18 Сентября 2025 г.

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость в питании
1-4 класс			
ЭЦ-460, Б-28, Ж-31, У-17, Вит.РР-11, На-189, К-318, ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-806,	.100	Котлета из филе	79-22
ЭЦ-68, Б-2, Ж-2, У-9, Вит.С-53, Вит.РР-1, На-16, К- ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, На-12, К-127, Са-8, Мг-4, Р-5,	.100	Картофельное пюре	20-84
ЭЦ-147, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, На-236, К-54, Са- ЭЦ-913, Б-36, Ж-38, У-104, Вит.С-77, Вит.РР-	.080	Капуста тушеная	13-17
	0.200	Компот из сливы	13-51
	.050	Булка формовая	3-26
			130
5-11 класс			
ЭЦ-152, Б-5, Ж-5, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, ЭЦ-460, Б-28, Ж-31, У-17, Вит.РР-11, На-189, К-318, ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-806, ЭЦ-68, Б-2, Ж-2, У-9, Вит.С-53, Вит.РР-1, На-16, К- ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.250/10/6	Суп картоф.с	25-86
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.100	Котлета из филе	79-22
ЭЦ-895, Б-39, Ж-42, У-88, Вит.А-1, Вит.С-87,	.100	Картофельное пюре	20-84
	.080	Капуста тушеная	13-17
	.200/15	Чай с сахаром	3-89
	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-02
			149
ОВЗ 1-4 класс			
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, На-1, К-2, Са-2, Р-3	.31,25/15	Бутерброд с маслом	28-26
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, На-437, К-145, Са- ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65,	.200/12	Каша ячневая с маслом	33-21
ЭЦ-100, Б-3, У-20	.200	Чай с молоком	9-47
ЭЦ-122, Б-4, Ж-4, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-2, ЭЦ-460, Б-28, Ж-31, У-17, Вит.РР-11, На-189, К-318, ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-806, ЭЦ-68, Б-2, Ж-2, У-9, Вит.С-53, Вит.РР-1, На-16, К- ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, На-12, К-127, Са-8, Мг-4, Р-5, ЭЦ-147, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, На-236, К-54, Са- ЭЦ-1643, Б-53, Ж-66, У-204, Вит.А-1, Вит.С-92,	1шт	Печенье "Полезный"	14-22
	.200/10/6	Суп картоф.с	22-84
	.100	Котлета из филе	79-22
	.100	Картофельное пюре	20-84
	.080	Капуста тушеная	13-17
	0.200	Компот из сливы	13-51
	.050	Булка формовая	3-26
			238
ОВЗ 5-11 класс			
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, На-1, К-2, Са-2, Р-3	.31,25/15	Бутерброд с маслом	28-26
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, На-546, К-181, Са- ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65,	.250/15	Каша ячневая с маслом	37-99
ЭЦ-100, Б-3, У-20	.200	Чай с молоком	9-47
ЭЦ-239, Б-6, Ж-6, У-39, Вит.РР-1, На-259, К-84, Са- ЭЦ-152, Б-5, Ж-5, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, ЭЦ-460, Б-28, Ж-31, У-17, Вит.РР-11, На-189, К-318, ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-806, ЭЦ-68, Б-2, Ж-2, У-9, Вит.С-53, Вит.РР-1, На-16, К- ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, На-12, К-127, Са-8, Мг-4, Р-5, ЭЦ-147, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, На-236, К-54, Са- ЭЦ-54, Б-2, У-11	1шт	Печенье "Полезный"	14-22
	.100	Рогалик с творогом	35-06
ЭЦ-1813, Б-60, Ж-75, У-220, Вит.А-1, Вит.С-90,	.250/10/6	Суп картоф.с	25-86
	.100	Котлета из филе	79-22
	.100	Картофельное пюре	20-84
	.080	Капуста тушеная	13-17
	.200/15	Чай с сахаром	3-89
	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-02
			274
60 родительская плата			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, На-437, К-145, Са- ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, ЭЦ-100, Б-3, У-20	.200/11	Каша ячневая с маслом	33-05
ЭЦ-147, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, На-236, К-54, Са- ЭЦ-616, Б-16, Ж-13, У-106, Вит.С-2, Вит.РР-1,	.200	Чай с молоком	9-47
	1шт	Печенье "Полезный"	14-22
	.050	Булка формовая	3-26
			60

Руководитель

Зав.производством