

23 Сентября 2025 г.

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход	Наименование блюда	Стоимость
			в питания
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-556, Б-21, Ж-31, У-47, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-64, К-227, Са-247, Mg-27, P-240, Fe-1	.143/20	Запеканка творожная с	108-51
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт	Печенье "Полезный"	14-22
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-740, Б-25, Ж-31, У-88, Вит.С-1, Вит.РР-1,			130
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-224, Б-8, Ж-11, У-22, Вит.А-9, Вит.С-34, Вит.РР-1	.250/10/10	Рассольник Домашний с	41-90
ЭЦ-325, Б-18, Ж-18, У-23, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-1	.070	Котлета мясная	53-79
ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-	.180/20	Картофельное пюре с икрой	43-91
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4,	.200	Компот из сухофруктов	6-39
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-885, Б-32, Ж-36, У-108, Вит.А-11, Вит.С-			149
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>			
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-	.1шт	Яйцо отварное	20-80
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-	.200/5	Каша ячневая с маслом	22-71
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-14, P-50, Fe-1	.200	Чай с молоком	9-47
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/10	Бутерброд с маслом	19-84
ЭЦ-179, Б-6, Ж-9, У-18, Вит.А-7, Вит.С-27, Вит.РР-2,	.200/10/5	Рассольник Домашний с	35-18
ЭЦ-556, Б-21, Ж-31, У-47, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-64, К-227, Са-247, Mg-27, P-240, Fe-1	.143/20	Запеканка творожная с	108-51
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт	Печенье "Полезный"	14-22
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1493, Б-46, Ж-69, У-169, Вит.А-7, Вит.С-			238
<u>ОВЗ 5-11 класс</u>			
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-	.1шт	Яйцо отварное	20-80
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-	.31,25/15/	Бутерброд с сыром и	39-30
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, К-181, Са-	.250/10	Каша ячневая с маслом	33-99
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-14, P-50, Fe-1	.200	Чай с молоком	9-47
ЭЦ-143, Б-4, Ж-4, У-24, Na-156, К-50, Са-10, Mg-6, P-	.060	Ватрушка с творогом	21-44
ЭЦ-224, Б-8, Ж-11, У-22, Вит.А-9, Вит.С-34, Вит.РР-1	.250/10/10	Рассольник Домашний с	41-90
ЭЦ-325, Б-18, Ж-18, У-23, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-1	.070	Котлета мясная	53-79
ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-	.180/20	Картофельное пюре с икрой	43-91
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	6-39
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1701, Б-60, Ж-66, У-218, Вит.А-11, Вит.С-			274
<u>60 родительская плата</u>			
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-	.1шт	Яйцо отварное	20-80
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-	.200/10	Каша ячневая с маслом	31-68
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-147, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-	.050	Булка формовая	3-26
ЭЦ-553, Б-16, Ж-16, У-84, Вит.С-1, Вит.РР-1,			60

Руководитель

Зав.производством

