

24 Сентября 2025 г.

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость б питания
1-4 класс			
ЭЦ-77, Ж-8, У-1, Вит.С-3, Na-157, К-46, Са-9, Mg-5, P-	.040	Салат из свежих огурцов	8-30
ЭЦ-383, Б-17, Ж-29, У-13, Вит.РР-6, Na-116, К-174,	.095	Биточки из филе цыпленка бр.	72-74
ЭЦ-208, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-35, Вит.РР-2, Na-1613,	.200	Картофельное пюре	41-69
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-752, Б-22, Ж-44, У-64, Вит.С-38, Вит.РР-8,			130
5-11 класс			
ЭЦ-26, Ж-2, У-3, Вит.С-8, Na-391, К-50, Са-17, Mg-5,	.050	Салат из свежей капусты	5-23
ЭЦ-179, Б-5, Ж-12, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-2,	.250/20/10	Борщ из св. капусты с	35-54
ЭЦ-403, Б-18, Ж-31, У-14, Вит.РР-7, Na-122, К-183,	.100	Биточки из филе цыпленка бр.	76-57
ЭЦ-279, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1,	.180	Рис припущенный с овощами	21-38
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-02
ЭЦ-998, Б-30, Ж-53, У-104, Вит.А-2, Вит.С-31,			149
ОВЗ 1-4 класс			
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-306, Б-9, Ж-11, У-42, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438,	.200/5	Каша гречневая с маслом	25-17
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-	.200	Кофейный напиток с молоком	11-68
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/30гр	Пирожное Тими	21-66
ЭЦ-143, Б-4, Ж-9, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2,	.200/20/5	Борщ из св. капусты с	29-65
ЭЦ-77, Ж-8, У-1, Вит.С-3, Na-157, К-46, Са-9, Mg-5, P-	.040	Салат из свежих огурцов	8-30
ЭЦ-383, Б-17, Ж-29, У-13, Вит.РР-6, Na-116, К-174,	.095	Биточки из филе цыпленка бр.	72-74
ЭЦ-208, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-35, Вит.РР-2, Na-1613,	.200	Картофельное пюре	41-69
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1561, Б-43, Ж-80, У-163, Вит.А-1, Вит.С-57,			238
ОВЗ 5-11 класс			
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-383, Б-11, Ж-14, У-52, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-548,	.250/11	Каша гречневая с маслом	38-86
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-	.200	Кофейный напиток с молоком	11-68
ЭЦ-419, Б-39, Ж-7, У-49, Вит.РР-1, Na-332, К-102, Са-	.100	Пирог Дружная семейка	25-94
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20,	0.200	Сок Фруктовый	28-68
ЭЦ-26, Ж-2, У-3, Вит.С-8, Na-391, К-50, Са-17, Mg-5,	.050	Салат из свежей капусты	5-23
ЭЦ-179, Б-5, Ж-12, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-2,	.250/20/10	Борщ из св. капусты с	35-54
ЭЦ-403, Б-18, Ж-31, У-14, Вит.РР-7, Na-122, К-183,	.100	Биточки из филе цыпленка бр.	76-57
ЭЦ-279, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1,	.180	Рис припущенный с овощами	21-38
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-02
ЭЦ-2152, Б-85, Ж-90, У-254, Вит.А-13002,			274
60 родительская плата			
ЭЦ-306, Б-9, Ж-11, У-42, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438,	.200/8	Каша гречневая с маслом	30-82
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/30гр	Пирожное Тими	21-66
ЭЦ-147, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-	.050	Булка формовая	3-26
ЭЦ-610, Б-16, Ж-12, У-106, Вит.С-1, Вит.РР-2,			80

Руководитель

Зав. производством