

25 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
1-4 класс			
ЭЦ-418, Б-23, Ж-23, У-29, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-3, ЭЦ-135, Б-3, Ж-5, У-19, Вит.С-23, Вит.РР-1, Na-1048, ЭЦ-43, Б-1, Ж-2, У-6, Вит.С-33, Вит.РР-1, Na-10, К-150, ЭЦ-91, У-24, К-1	.090 .130 .050 .200	Котлета мясная Картофельное пюре Капуста тушеная Компот из винограда	76-95 27-10 8-18 15-19
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20 ЭЦ-761, Б-29, Ж-30, У-93, Вит.А-1, Вит.С-60,	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58 130
5-11 класс			
ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, ЭЦ-334, Б-7, Ж-22, У-6, Вит.С-1, Na-2324, К-14, Са-100, ЭЦ-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, ЭЦ-60, Б-2, Ж-2, У-8, Вит.С-46, Вит.РР-1, Na-14, К-150, ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1 ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20 ЭЦ-876, Б-21, Ж-37, У-91, Вит.А-1, Вит.С-95,	.250/10 .075 .180 .070 .200/15 .1к/31,25г	Суп картоф. с мак.изд. Шницель мясной Картофельное пюре Капуста тушеная Чай с сахаром Хлеб народный	29-07 64-12 37-52 11-45 4-26 2-58 149
ОВЗ 1-4 класс завтрак			
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-100, ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, ЭЦ-100, Б-3, У-20 ЭЦ-131, Б-4, Ж-5, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-2, ЭЦ-418, Б-23, Ж-23, У-29, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-3, ЭЦ-135, Б-3, Ж-5, У-19, Вит.С-23, Вит.РР-1, Na-1048, ЭЦ-43, Б-1, Ж-2, У-6, Вит.С-33, Вит.РР-1, Na-10, К-150, ЭЦ-91, У-24, К-1 ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20 ЭЦ-1581, Б-55, Ж-57, У-210, Вит.А-2, Вит.С-75,	.200/10 .200 .31,25./15 1шт .200/10 .090 .130 .050 .200 .1к/31,25г	Каша манная с маслом Кофейный напиток с Бутерброд с сыром Печенье "Полезный" Суп картоф. с мак.изд. Котлета мясная Картофельное пюре Капуста тушеная Компот из винограда Хлеб народный	32-05 11-68 24-16 14-22 25-89 76-95 27-10 8-18 15-19 2-58 238
ОВЗ 5-11 класс			
ЭЦ-376, Б-9, Ж-15, У-51, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-548, ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-100, ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, ЭЦ-239, Б-6, Ж-6, У-39, Вит.РР-1, Na-259, К-84, Са-100, ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, ЭЦ-334, Б-7, Ж-22, У-6, Вит.С-1, Na-2324, К-14, Са-100, ЭЦ-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, ЭЦ-60, Б-2, Ж-2, У-8, Вит.С-46, Вит.РР-1, Na-14, К-150, ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1 ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20 ЭЦ-1779, Б-48, Ж-68, У-220, Вит.А-1, Вит.С-98,	.250/14 .200 .31,25./25 .100 .250/10 .075 .180 .070 .200/15 .1к/31,25г	Каша манная с маслом Кофейный напиток с Бутерброд с сыром Рогалик с творогом Суп картоф. с мак.изд. Шницель мясной Картофельное пюре Капуста тушеная Чай с сахаром Хлеб народный	43 11-68 34-59 35-73 29-07 64-12 37-52 11-45 4-26 2-58 274
60 родительская плата			
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-100, ЭЦ-100, Б-3, У-20 ЭЦ-94, Б-3, Ж-1, У-19, Na-151, К-35, Са-6, Mg-4, P-24 ЭЦ-616, Б-17, Ж-17, У-100, Вит.С-2, Вит.РР-1,	.200/10 .200 1шт .032	Каша манная с маслом Кофейный напиток с Печенье "Полезный" Булка формовая	32-05 11-68 14-22 2-05 60

Руководитель

Зав.производством

