

01 Октября 2025 г.

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход	Наименование блюда	Стоимость в питании
1-4 класс			
ЭЦ-460, Б-28, Ж-31, У-17, Вит.РР-11, Na-100, К-100, С-100, Fe-100, Mg-100, Ca-100, P-100	.100	Котлета из филе цыпленка бр.	78-48
ЭЦ-252, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, К-100, С-100, Fe-100, Mg-100, Ca-100, P-100	.180/23	Макаронные изделия отварные с	27-84
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/24гр.	Печенье "Земляничное"	8-67
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-873, Б-38, Ж-37, У-95, Вит.С-28,			130
5-11 класс			
ЭЦ-134, Б-5, Ж-4, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, К-100, С-100, Fe-100, Mg-100, Ca-100, P-100	.250/20	Суп картоф. с крупой и рыбой	32-29
ЭЦ-299, Б-14, Ж-21, У-14, Вит.А-1, Вит.С-2, К-100, С-100, Fe-100, Mg-100, Ca-100, P-100	.075/50	Котлета из филе цыпленка бр. с	64-04
ЭЦ-208, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-35, Вит.РР-2, К-100, С-100, Fe-100, Mg-100, Ca-100, P-100	.200	Картофельное пюре	41-69
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-100, С-100, Fe-100, Mg-100, Ca-100, P-100	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	7-97
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-725, Б-24, Ж-32, У-81, Вит.А-2,			149
ОВЗ 1-4 класс			
ЭЦ-257, Б-1, Ж-17, У-27, Вит.РР-1, Na-2, К-100, С-100, Fe-100, Mg-100, Ca-100, P-100	.31,25 /10	Бутерброд с маслом, повидлом	24-98
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, К-100, С-100, Fe-100, Mg-100, Ca-100, P-100	.200/10	Каша манная с маслом сливочным	32-05
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-100, С-100, Fe-100, Mg-100, Ca-100, P-100	.200	Какао с молоком	21-93
ЭЦ-107, Б-4, Ж-4, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, К-100, С-100, Fe-100, Mg-100, Ca-100, P-100	.200/20	Суп картоф. с крупой и рыбой	29-04
ЭЦ-460, Б-28, Ж-31, У-17, Вит.РР-11, Na-100, К-100, С-100, Fe-100, Mg-100, Ca-100, P-100	.100	Котлета из филе цыпленка бр.	78-48
ЭЦ-252, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, К-100, С-100, Fe-100, Mg-100, Ca-100, P-100	.180/23	Макаронные изделия отварные с	27-84
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/24гр.	Печенье "Земляничное"	8-67
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1687, Б-53, Ж-75, У-202, Вит.А-1,			238
ОВЗ 5-11 класс			
ЭЦ-257, Б-1, Ж-17, У-27, Вит.РР-1, Na-2, К-100, С-100, Fe-100, Mg-100, Ca-100, P-100	.31,25 /10	Бутерброд с маслом, повидлом	24-98
ЭЦ-376, Б-9, Ж-15, У-51, Вит.С-2, Вит.РР-1, К-100, С-100, Fe-100, Mg-100, Ca-100, P-100	.250/13	Каша манная с маслом сливочным	40-74
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-100, С-100, Fe-100, Mg-100, Ca-100, P-100	.200	Какао с молоком	21-93
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/24гр.	Печенье "Земляничное"	8-67
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-1, К-100, С-100, Fe-100, Mg-100, Ca-100, P-100	0.200	Сок Фруктовый	28-68
ЭЦ-134, Б-5, Ж-4, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, К-100, С-100, Fe-100, Mg-100, Ca-100, P-100	.250/20	Суп картоф. с крупой и рыбой	32-29
ЭЦ-299, Б-14, Ж-21, У-14, Вит.А-1, Вит.С-2, К-100, С-100, Fe-100, Mg-100, Ca-100, P-100	.075/50	Котлета из филе цыпленка бр. с	64-04
ЭЦ-208, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-35, Вит.РР-2, К-100, С-100, Fe-100, Mg-100, Ca-100, P-100	.200	Картофельное пюре	41-69
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-100, С-100, Fe-100, Mg-100, Ca-100, P-100	.200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	7-97
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1699, Б-40, Ж-69, У-227, Вит.А-			274
60 родительская плата			
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, К-100, С-100, Fe-100, Mg-100, Ca-100, P-100	.200/10	Каша манная с маслом сливочным	32-05
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-100, С-100, Fe-100, Mg-100, Ca-100, P-100	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-100, С-100, Fe-100, Mg-100, Ca-100, P-100	.31,25./17	Бутерброд с сыром	23-69
ЭЦ-525, Б-15, Ж-18, У-75, Вит.С-1,			60

Руководитель
Зав. производством

