

08 Октября 2025 г.

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
1-4 класс			
ЭЦ-359, Б-17, Ж-25, У-17, Вит.А-1, Вит.С-2, ЭЦ-233, Б-4, Ж-6, У-39, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Ca-8, Mg-4, ЭЦ-27, Б-1, У-6	.090/50	Котлета из филе цыпленка бр.	77-54
	.150/23	Рис припущенный с овощам,	34-35
	0.200	Компот из сливы	15-10
	.1к/31,25	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-753, Б-22, Ж-31, У-96, Вит.А-1, Вит.С-			130
5-11 класс			
ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, ЭЦ-211, Б-6, Ж-7, У-30, Вит.С-37, Вит.РР-2, Na-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, K-146, Ca-100, B-3, У-20	.250/10	Суп картоф. с мак. изд.,	24-61
	.180/20	Картофельное пюре с зеленым	52-50
ЭЦ-299, Б-14, Ж-21, У-14, Вит.А-1, Вит.С-2, ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.075/50	Котлета из филе цыпленка бр.	64-62
	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-758, Б-27, Ж-34, У-86, Вит.А-2, Вит.С-			149
ОВЗ 1-4 класс			
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, K-2, Ca-2, P-3	.31,25/13	Бутерброд с маслом сливочным	25-90
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, K-146, Ca-100, B-3, У-20	.200/10	Каша манная с маслом	34-32
	.200	Кофейный напиток с молоком	12-40
	1шт	Печенье "Полезный завтрак"	14-22
ЭЦ-131, Б-4, Ж-5, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, ЭЦ-359, Б-17, Ж-25, У-17, Вит.А-1, Вит.С-2, ЭЦ-233, Б-4, Ж-6, У-39, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, ЭЦ-27, Б-1, У-6	.200/10	Суп картоф. с мак. изд.,	21-16
	.090/50	Котлета из филе цыпленка бр.	77-54
	.150/23	Рис припущенный с	34-35
	0.200	Компот из сливы	15-10
	.1к/31,25	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1545, Б-41, Ж-64, У-200, Вит.А-2, Вит.С-			238
ОВЗ 5-11 класс			
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, K-2, Ca-2, P-3	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	29-53
ЭЦ-376, Б-9, Ж-15, У-51, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, K-146, Ca-100, B-3, У-20	.250/14	Каша манная с маслом	45-89
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, K-146, Ca-100, B-3, У-20	.200	Кофейный напиток с молоком	12-40
ЭЦ-239, Б-6, Ж-6, У-39, Вит.РР-1, Na-259, K-84, ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, ЭЦ-211, Б-6, Ж-7, У-30, Вит.С-37, Вит.РР-2, Na-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, K-146, Ca-100, B-3, У-20	.100	Ватрушка с творогом	37-18
	.250/10	Суп картоф. с мак. изд.,	24-61
	.180/20	Картофельное пюре с зеленым	52-50
ЭЦ-299, Б-14, Ж-21, У-14, Вит.А-1, Вит.С-2, ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.075/50	Котлета из филе цыпленка бр.	64-62
	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1633, Б-47, Ж-71, У-202, Вит.А-2, Вит.С-			274
60 родительская плата			
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, K-146, Ca-100, B-3, У-20	.200/12	Каша манная с маслом	38-59
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/25г	Печенье Кременкульское	13-89
ЭЦ-147, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-54, ЭЦ-605, Б-14, Ж-13, У-105, Вит.С-1, Вит.РР-	.050	Булка формовая	3-26
			60

Руководитель _____
Зав. производством _____