

10 Октября 2025 г.

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход	Наименование блюда	Стоимость б питания
1-4 класс			
ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, К-79, Са-1464, Б-26, Ж-26, У-32, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-4, Ма-1400, К-100, Fe-1, Р-20	.180	Макаронные изделия	21-30
ЭЦ-464, Б-26, Ж-26, У-32, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-4, Ма-1400, К-100, Fe-1, Р-20	.100/50	Биточки мясные с соусом	99-73
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, Ма-1400, К-100, Fe-1, Р-20	.200	Компот из сухофруктов	6-39
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-920, Б-36, Ж-32, У-122, Вит.А-2, Вит.С-6,			130
5-11 класс			
ЭЦ-128, Б-2, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Ма-1400, К-100, Fe-1, Р-20	.250/10/10	Борщ из св. капусты с	34-21
ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, Ма-1400, К-100, Fe-1, Р-20	.100	Картофельное пюре	21-37
ЭЦ-68, Б-2, Ж-2, У-9, Вит.С-53, Вит.РР-1, Na-16, К-100, Ма-1400, К-100, Fe-1, Р-20	.080	Капуста тушеная	10-90
ЭЦ-371, Б-21, Ж-21, У-26, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-3, Ма-1400, К-100, Fe-1, Р-20	.080	Биточки мясные	70-11
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, Ма-1400, К-100, Fe-1, Р-20	.200	Компот из сухофруктов	6-39
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-02
ЭЦ-848, Б-30, Ж-34, У-106, Вит.А-3, Вит.С-96,			149
ОВЗ 1-4 класс			
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, Ма-1400, К-100, Fe-1, Р-20	.31,25/20	Бутерброд с сыром	28-03
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, Ма-1400, К-100, Fe-1, Р-20	.200/10	Каша рисовая с маслом	38-27
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-100, Ма-1400, К-100, Fe-1, Р-20	.200	Кофейный напиток с	12-40
ЭЦ-102, Б-2, Ж-6, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Ма-1400, К-100, Fe-1, Р-20	.200/10/6	Борщ из св. капусты с	29-30
ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, К-79, Са-1464, Б-26, Ж-26, У-32, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-4, Ма-1400, К-100, Fe-1, Р-20	.180	Макаронные изделия	21-30
ЭЦ-464, Б-26, Ж-26, У-32, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-4, Ма-1400, К-100, Fe-1, Р-20	.100/50	Биточки мясные с соусом	99-73
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, Ма-1400, К-100, Fe-1, Р-20	.200	Компот из сухофруктов	6-39
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-58
ЭЦ-1613, Б-56, Ж-60, У-215, Вит.А-3, Вит.С-25,			238
ОВЗ 5-11 класс			
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, Ма-1400, К-100, Fe-1, Р-20	.31,25/20/1	Бутерброд с сыром и	45-71
ЭЦ-379, Б-7, Ж-15, У-53, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-554, Ма-1400, К-100, Fe-1, Р-20	.250/11	Каша рисовая с маслом	45-27
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-100, Ма-1400, К-100, Fe-1, Р-20	.200	Кофейный напиток с	12-40
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт/42гр.	Вафли "Гуливер"	21-62
ЭЦ-128, Б-2, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Ма-1400, К-100, Fe-1, Р-20	.250/10/10	Борщ из св. капусты с	34-21
ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, Ма-1400, К-100, Fe-1, Р-20	.100	Картофельное пюре	21-37
ЭЦ-68, Б-2, Ж-2, У-9, Вит.С-53, Вит.РР-1, Na-16, К-100, Ма-1400, К-100, Fe-1, Р-20	.080	Капуста тушеная	10-90
ЭЦ-371, Б-21, Ж-21, У-26, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-3, Ма-1400, К-100, Fe-1, Р-20	.080	Биточки мясные	70-11
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, Ма-1400, К-100, Fe-1, Р-20	.200	Компот из сухофруктов	6-39
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-02
ЭЦ-1634, Б-53, Ж-59, У-222, Вит.А-3, Вит.С-99,			274
60 родительская плата			
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, Ма-1400, К-100, Fe-1, Р-20	.200/8	Чай с сахаром	33-96
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Бутерброд с сыром	4-26
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, Ма-1400, К-100, Fe-1, Р-20	.31,25/15		21-78
ЭЦ-527, Б-14, Ж-18, У-77, Вит.С-1, Вит.РР-1,			60

Руководитель
Зав. производством

