

14 Октября 2025 г.

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), минералы (мг)	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
1-4 класс			
ЭЦ-37, Б-1, Ж-2, У-4, Вит.С-11, Na-547, K-70, Ca-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, Na-583, K-272, ЭЦ-275, Б-15, Ж-21, У-8, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-27, Б-1, У-6	.070 .150 .100/50 0.200 1к/31,25г	Салат из свежей капусты Каша гречневая рассыпчатая Фрикадельки из курицы с соусом Компот из яблок Хлеб витаминный	9-92 16-41 83-08 17-58 3-01
ЭЦ-751, Б-26, Ж-30, У-96, Вит.А-1, Вит.С-20,			130
5-11 класс			
ЭЦ-42, Б-1, Ж-2, У-5, Вит.С-12, Na-625, K-80, Ca-153, Б-2, Ж-8, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, K-327, ЭЦ-275, Б-15, Ж-21, У-8, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.080 .250/10 .180 .100/50 .200/15 1к/31,25г	Салат из свежей капусты Рассольник Ленинградский со Каша гречневая рассыпчатая Фрикадельки из курицы с соусом Чай с сахаром Хлеб витаминный	10-98 27-98 19-69 83-08 4-26 3-01
ЭЦ-27, Б-1, У-6			149
ОВЗ 1-4 класс			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, K-145, ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, K-146, Ca-347, Б-7, Ж-10, У-59, Вит.РР-1, Na-34, K-110, ЭЦ-122, Б-2, Ж-6, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-37, Б-1, Ж-2, У-4, Вит.С-11, Na-547, K-70, Ca-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, Na-583, K-272, ЭЦ-275, Б-15, Ж-21, У-8, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-27, Б-1, У-6	.200/10 .31,25/15 .200 .100 .200/6 .070 .150 .100/50 0.200 1к/31,25г	Каша ячневая с маслом Бутерброд с сыром Кофейный напиток с молоком Манник Рассольник Ленинградский со Салат из свежей капусты Каша гречневая рассыпчатая Фрикадельки из курицы с соусом Компот из яблок Хлеб витаминный	32-82 20-69 12-40 20-64 21-45 9-92 16-41 83-08 17-58 3-01
ЭЦ-1791, Б-54, Ж-66, У-248, Вит.А-2, Вит.С-			238
ОВЗ 5-11 класс			
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, K-181, ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, K-146, Ca-347, Б-7, Ж-10, У-59, Вит.РР-1, Na-34, K-110, ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-42, Б-1, Ж-2, У-5, Вит.С-12, Na-625, K-80, Ca-153, Б-2, Ж-8, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, K-327, ЭЦ-275, Б-15, Ж-21, У-8, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.250/10 .31,25/18 .200 .100 0.200 .080 .250/10 .180 .100/50 .200/15 1к/31,25г	Каша ячневая с маслом Бутерброд с сыром Кофейный напиток с молоком Манник Сок Фруктовый 1кор Салат из свежей капусты Рассольник Ленинградский со Каша гречневая рассыпчатая Фрикадельки из курицы с соусом Чай с сахаром Хлеб витаминный	36-60 26-68 12-40 20-64 28-68 10-98 27-98 19-69 83-08 4-26 3-01
ЭЦ-27, Б-1, У-6			274
60 родительская плата			
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, K-145, ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/10 .200/15	Каша ячневая с маслом Чай с сахаром	32-82 4-26
ЭЦ-347, Б-7, Ж-10, У-59, Вит.РР-1, Na-34, K-110, ЭЦ-103, Б-3, Ж-1, У-20, Na-165, K-38, Ca-7, Mg-5,	.100 .035	Манник Булка формовая	20-64 2-28
ЭЦ-790, Б-17, Ж-21, У-134, Вит.С-1, Вит.РР-			60

Руководитель _____
Зав.производством _____