

16 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-210, Б-5, Ж-5, У-35, Вит.РР-1, Na-2034, К-64, Са-30, Mg-9, P-49, Fe-1	.150/45	Макаронные изделия отварные с икрой кабачковой	31-56
ЭЦ-319, Б-18, Ж-23, У-9, Вит.С-3, Вит.РР-3, Na-2034, К-64, Са-30, Mg-9, P-49, Fe-1	.080/50	Зразы -Верх-Исетские- с соусом	91-17
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-613, Б-24, Ж-28, У-65, Вит.С-3, Вит.РР-			130

5-11 класс

ЭЦ-179, Б-5, Ж-12, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-3, Na-2034, К-64, Са-30, Mg-9, P-49, Fe-1	.250/15/10	Борщ из св. капусты с цыпленком,	33-66
ЭЦ-5, У-1, Вит.С-2, Na-36, К-51, Са-8, Mg-5, P-9	.020	Нарезка из огурцов конс.	10-64
ЭЦ-794, Б-14, Ж-45, У-54, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-3, Na-2034, К-64, Са-30, Mg-9, P-49, Fe-1	.050/200	Плов по - узбекски	94-42
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-02
ЭЦ-1089, Б-21, Ж-57, У-95, Вит.А-7, Вит.С-			149

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-3, Na-2034, К-64, Са-30, Mg-9, P-49, Fe-1	.31,25./25	Бутерброд с сыром	34-29
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-2034, К-64, Са-30, Mg-9, P-49, Fe-1	.200/10	Каша манная с маслом сливочным	35-79
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-179, Б-5, Ж-12, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-3, Na-2034, К-64, Са-30, Mg-9, P-49, Fe-1	.250/15/10	Борщ из св. капусты с цыпленком,	33-66
ЭЦ-210, Б-5, Ж-5, У-35, Вит.РР-1, Na-2034, К-64, Са-30, Mg-9, P-49, Fe-1	.150/45	Макаронные изделия отварные с	31-56
ЭЦ-319, Б-18, Ж-23, У-9, Вит.С-3, Вит.РР-3, Na-2034, К-64, Са-30, Mg-9, P-49, Fe-1	.080/50	Зразы -Верх-Исетские- с соусом	91-17
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1317, Б-44, Ж-58, У-154, Вит.А-1, Вит.С-			238

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-3, Na-2034, К-64, Са-30, Mg-9, P-49, Fe-1	.31,25./25	Бутерброд с сыром	34-29
ЭЦ-376, Б-9, Ж-15, У-51, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-2034, К-64, Са-30, Mg-9, P-49, Fe-1	.250/15	Каша манная с маслом сливочным	47-32
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-251, Б-7, Ж-6, У-41, Вит.РР-1, Na-272, К-88, Са-17, Mg-14, P-27, Fe-1	.105	Ватрушка с творогом	39-13
ЭЦ-179, Б-5, Ж-12, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-3, Na-2034, К-64, Са-30, Mg-9, P-49, Fe-1	.250/15/10	Борщ из св. капусты с цыпленком,	33-66
ЭЦ-5, У-1, Вит.С-2, Na-36, К-51, Са-8, Mg-5, P-9	.020	Нарезка из огурцов конс.	10-64
ЭЦ-794, Б-14, Ж-45, У-54, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-3, Na-2034, К-64, Са-30, Mg-9, P-49, Fe-1	.050/200	Плов по - узбекски	94-42
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-02
ЭЦ-1940, Б-45, Ж-84, У-221, Вит.А-7, Вит.С-			274

60 родительская плата

ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-3, Na-2034, К-64, Са-30, Mg-9, P-49, Fe-1	.31,25./15	Бутерброд с сыром	22-60
ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-2034, К-64, Са-30, Mg-9, P-49, Fe-1	.200/9	Каша манная с маслом сливочным	33-14
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-525, Б-15, Ж-18, У-75, Вит.С-1, Вит.РР-			60

Руководитель

Зав. производством

