

22 Октября 2025 г.

**Меню Школа № 10**

| эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)                                                                                                                                                                                           | Выход                                                         | Наименование блюда                                                                                                                                     | Стоимость питания                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| <b>1-4 класс</b>                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                               |                                                                                                                                                        |                                                  |
| ЭЦ-451, Б-20, Ж-31, У-8, Вит.С-2, На-1989, К-47, Са-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-806, ЭЦ-46, Б-2, Ж-2, У-6, Вит.С-36, Вит.РР-1, На-11, К-134, У-34, Вит.С-7, На-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, ЭЦ-27, Б-1, У-6                                                      | .085<br>.100<br>.054<br>0.200<br>.1к/31,25г                   | Шницель рубленый Дружба<br>Картофельное пюре<br>Капуста тушеная<br>Компот из яблок<br>Хлеб витаминный                                                  | 81-99<br>21-31<br>8-74<br>14-95<br>3-01          |
| ЭЦ-762, Б-25, Ж-37, У-69, Вит.С-62, Вит.РР-2,                                                                                                                                                                                                                                   |                                                               |                                                                                                                                                        | 130                                              |
| <b>5-11 класс</b>                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                               |                                                                                                                                                        |                                                  |
| ЭЦ-192, Б-7, Ж-9, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, ЭЦ-286, Б-15, Ж-19, У-14, Вит.С-4, Вит.РР-2, На-1012, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1                                                                           | .250/10<br>.085/50<br>.180<br>.200/15/7<br>.2к/62,5г          | Суп картоф.с мак.изд.,мясом<br>Зразы рубленые с соусом<br>Рис припущенный с овощами<br>Чай с сахаром, лимоном<br>Хлеб витаминный                       | 31-65<br>81-42<br>21-81<br>8-10<br>6-02          |
| ЭЦ-54, Б-2, У-11                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                               |                                                                                                                                                        | 149                                              |
| ЭЦ-868, Б-29, Ж-36, У-108, Вит.А-2, Вит.С-23,                                                                                                                                                                                                                                   |                                                               |                                                                                                                                                        |                                                  |
| <b>ОВЗ 1-4 класс</b>                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                               |                                                                                                                                                        |                                                  |
| ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-438, ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-100, Mg-4, P-8, Fe-1                                                                                                 | .31,25./16<br>.200/10<br>.200<br>1шт/24гр.                    | Бутерброд с сыром<br>Каша манная с маслом сливочным<br>Кофейный напиток с молоком<br>Печенье "Земляничное"                                             | 24-03<br>34-32<br>12-40<br>8-67                  |
| ЭЦ-154, Б-6, Ж-7, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, ЭЦ-451, Б-20, Ж-31, У-8, Вит.С-2, На-1989, К-47, Са-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-806, ЭЦ-46, Б-2, Ж-2, У-6, Вит.С-36, Вит.РР-1, На-11, К-134, У-34, Вит.С-7, На-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .200/10<br>.085<br>.100<br>.054<br>0.200<br>.1к/31,25г        | Суп картоф.с мак.изд.,мясом<br>Шницель рубленый Дружба<br>Картофельное пюре<br>Капуста тушеная<br>Компот из яблок<br>Хлеб витаминный                   | 28-58<br>81-99<br>21-31<br>8-74<br>14-95<br>3-01 |
| ЭЦ-1605, Б-53, Ж-66, У-186, Вит.А-1, Вит.С-77,                                                                                                                                                                                                                                  |                                                               |                                                                                                                                                        | 238                                              |
| <b>ОВЗ 5-11 класс</b>                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                               |                                                                                                                                                        |                                                  |
| ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, ЭЦ-376, Б-9, Ж-15, У-51, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-548, ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-100, Mg-4, P-8, Fe-1                                                                                                 | .31,25./20<br>.250/15<br>.200<br>1шт/24гр.                    | Бутерброд с сыром<br>Каша манная с маслом сливочным<br>Кофейный напиток с молоком<br>Печенье "Земляничное"                                             | 29-28<br>45-97<br>12-40<br>8-67                  |
| ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, На-20, ЭЦ-192, Б-7, Ж-9, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, ЭЦ-286, Б-15, Ж-19, У-14, Вит.С-4, Вит.РР-2, На-1012, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1                      | 0.200<br>.250/10<br>.085/50<br>.180<br>.200/15/7<br>.2к/62,5г | Сок Фруктовый 1кор<br>Суп картоф.с мак.изд.,мясом<br>Зразы рубленые с соусом<br>Рис припущенный с овощами<br>Чай с сахаром, лимоном<br>Хлеб витаминный | 28-68<br>31-65<br>81-42<br>21-81<br>8-10<br>6-02 |
| ЭЦ-54, Б-2, У-11                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                               |                                                                                                                                                        | 274                                              |
| ЭЦ-1724, Б-53, Ж-61, У-241, Вит.А-13002,                                                                                                                                                                                                                                        |                                                               |                                                                                                                                                        |                                                  |
| <b>60 родительская плата</b>                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                               |                                                                                                                                                        |                                                  |
| ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-438, ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1                                                                                                                                                                              | .200/15<br>.200/15                                            | Каша манная с маслом сливочным<br>Чай с сахаром                                                                                                        | 44-06<br>4-26                                    |
| 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-485, Б-11, Ж-12, У-82, Вит.С-1, Вит.РР-1,                                                                                                                                                                                                                                    |                                                               |                                                                                                                                                        | 60                                               |

Руководитель

Зав.производством