

20 Ноября 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-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, Na-469, К-60, Са-20, ЭЦ-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, Na-583, К-272, Са- ЭЦ-336, Б-18, Ж-22, У-17, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na- ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.060	Салат из свежей капусты	5-82
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.150	Каша гречневая рассыпчатая	16-41
ЭЦ-707, Б-29, Ж-31, У-79, Вит.С-42, Вит.РР-7,	.100/50	Зразы рубленые с соусом	92-76
	.200	Напиток Витошка	12
	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
			130

5-11 класс

ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са- ЭЦ-703, Б-16, Ж-48, У-7, Вит.С-5, Na-4, К-106, Са-8, ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.250/15	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	26-21
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	19-69
ЭЦ-1285, Б-34, Ж-62, У-102, Вит.А-1, Вит.С-22,	.070/70	Гуляш	95-83
	.200/15	Чай с сахаром	4-26
	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
			149

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са- ЭЦ-100, Б-3, У-20	.200/12	Каша манная с маслом сливочным	38-21
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.200	Какао с молоком	23-37
ЭЦ-131, Б-4, Ж-5, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-2, ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, Na-469, К-60, Са-20, ЭЦ-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, Na-583, К-272, Са- ЭЦ-336, Б-18, Ж-22, У-17, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na- ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	1шт/30гр.	Печенье Коломенское	20-41
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1415, Б-47, Ж-53, У-188, Вит.А-1, Вит.С-57,	.200/15	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	23
	.060	Салат из свежей капусты	5-82
	.150	Каша гречневая рассыпчатая	16-41
	.100/50	Зразы рубленые с соусом	92-76
	.200	Напиток Витошка	12
	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
			238

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-376, Б-9, Ж-15, У-51, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-548, ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са- ЭЦ-54, Б-2, У-11	.250/15	Каша манная с маслом сливочным	49-43
ЭЦ-324, Б-8, Ж-12, У-45, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-72, ЭЦ-2, Вит.С-1, Na-1, К-12, Са-1	.200	Какао с молоком	23-37
ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са- ЭЦ-703, Б-16, Ж-48, У-7, Вит.С-5, Na-4, К-106, Са-8, ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-02
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.120	Шаньга Домашняя с картофелем	26-69
ЭЦ-2190, Б-56, Ж-94, У-234, Вит.А-1, Вит.С-38,	1 шт.	Мандарин	19-49
	.250/15	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	26-21
	.180	Каша гречневая рассыпчатая	19-69
	.070/70	Гуляш	95-83
	.200/15	Чай с сахаром	4-26
	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
			274

60 родительская плата

ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-438, ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, ЭЦ-100, Б-3, У-20	.200/12	Каша манная с маслом сливочным	38-21
ЭЦ-118, Б-3, Ж-1, У-23, Na-188, К-43, Са-8, Mg-6, P- ЭЦ-605, Б-15, Ж-15, У-101, Вит.С-2, Вит.РР-1,	.200	Чай с молоком	10-55
	1шт/24гр.	Печенье "Земляничное"	8-67
	.040	Булка формовая	2-57
			60

Руководитель

Зав. производством

