

25 Ноября 2025 г.

Меню Школа № 10

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход	Наименование блюда	Стоимост ь питания

1-4 класс

ЭЦ-464, Б-26, Ж-26, У-32, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-4, ЭЦ-156, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, ЭЦ-43, Б-1, Ж-2, У-6, Вит.С-33, Вит.РР-1, Na-10, К- ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.100 .150 .050 .200/15	Биточки мясные Картофельное пюре Капуста тушеная Чай с сахаром	85-89 27-01 9-83 4-26
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-747, Б-31, Ж-34, У-81, Вит.А-1, Вит.С-64,			130

5-11 класс

ЭЦ-143, Б-2, Ж-8, У-15, Вит.А-1, Вит.С-26, Вит.РР-1, ЭЦ-220, Б-15, Ж-14, У-8, Вит.С-1, Вит.РР-2, Na-1551, ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.250/8 .100 .180/20 .200/15	Рассольник Домашний со сметаной Котлета мясная Рис припущенный с овощам, зеленым Чай с сахаром	26-14 76-72 35-86 4-26
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-02
ЭЦ-754, Б-24, Ж-30, У-96, Вит.А-2, Вит.С-29,			149

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са- ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са- ЭЦ-314, Б-30, Ж-6, У-37, Вит.РР-1, Na-249, К-76, Са- ЭЦ-115, Б-2, Ж-6, У-12, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, ЭЦ-464, Б-26, Ж-26, У-32, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-4, ЭЦ-156, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, ЭЦ-43, Б-1, Ж-2, У-6, Вит.С-33, Вит.РР-1, Na-10, К- ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.31,25/15 .200/10 .200 .075 .200/6 .100 .150 .050 .200/15	Бутерброд с сыром Каша ячневая с маслом сливочным Кофейный напиток с молоком Пирог Дружная семейка Рассольник Домашний со сметаной Биточки мясные Картофельное пюре Капуста тушеная Чай с сахаром	22-29 32-82 12-40 19-66 20-83 85-89 27-01 9-83 4-26
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1747, Б-82, Ж-66, У-209, Вит.А-2, Вит.С-87,			238

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, К-181, Са- ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са- ЭЦ-366, Б-5, Ж-16, У-51, Вит.РР-1, Na-42, К-84, Са- ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, ЭЦ-143, Б-2, Ж-8, У-15, Вит.А-1, Вит.С-26, Вит.РР-1, ЭЦ-220, Б-15, Ж-14, У-8, Вит.С-1, Вит.РР-2, Na-1551, ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.31,25/15 .250/12 .200 .080 0.200 .250/8 .100 .180/20 .200/15	Бутерброд с сыром Каша ячневая с маслом сливочным Кофейный напиток с молоком Песочная Турбинка Сок Фруктовый Рассольник Домашний со сметаной Котлета мясная Рис припущенный с овощам, зеленым Чай с сахаром	22-29 40-37 12-40 21-26 28-68 26-14 76-72 35-86 4-26
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-02
ЭЦ-1854, Б-50, Ж-69, У-259, Вит.А-13002,			274

60 родительская плата

ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са- ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/10 .200/15	Каша ячневая с маслом сливочным Чай с сахаром	32-82 4-26
ЭЦ-314, Б-30, Ж-6, У-37, Вит.РР-1, Na-249, К-76, Са- ЭЦ-147, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са- ЭЦ-801, Б-41, Ж-17, У-121, Вит.С-1, Вит.РР-2,	.075 .050	Пирог Дружная семейка Булка формовая	19-66 3-26
			60

Руководитель

Зав. производством