

27 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-314, Б-17, Ж-23, У-10, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-2, К-25, Са-22, Mg-4, P-8, Fe-1	.075/50	Зразы -Верх-Исетские- с соусом	91-66
ЭЦ-271, Б-5, Ж-8, У-45, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, К-25, Са-22, Mg-4, P-8, Fe-1	.175	Рис припущенный с овощами	21-26
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-25, Са-22, Mg-4, P-8, Fe-1	.200	Компот из урюка	14-07
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-735, Б-24, Ж-31, У-92, Вит.А-3, Вит.С-7,			130

5-11 класс

ЭЦ-179, Б-5, Ж-12, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-2, К-25, Са-22, Mg-4, P-8, Fe-1	.250/20/10	Борщ из св. капусты с цыпленком,	32-98
ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, К-79, Са-22, Mg-4, P-8, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	21-30
ЭЦ-484, Б-32, Ж-39, У-1, Вит.РР-14, Na-2215, К-346, Са-22, Mg-4, P-8, Fe-1	0.090	Цыпленок жаренный	84-44
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-1033, Б-46, Ж-57, У-85, Вит.А-1, Вит.С-21,			149

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-291, Б-9, Ж-9, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-22, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	34-78
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-22, Mg-4, P-8, Fe-1	.200	Какао с молоком	23-37
ЭЦ-278, Б-5, Ж-8, У-47, Na-27, К-88, Са-37, Mg-10, P-8, Fe-1	.080	Манник	17-70
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-143, Б-4, Ж-9, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, К-25, Са-22, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/20/10	Борщ из св. капусты с цыпленком,	29-14
ЭЦ-314, Б-17, Ж-23, У-10, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-2, К-25, Са-22, Mg-4, P-8, Fe-1	.075/50	Зразы -Верх-Исетские- с соусом	91-66
ЭЦ-271, Б-5, Ж-8, У-45, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, К-25, Са-22, Mg-4, P-8, Fe-1	.175	Рис припущенный с овощами	21-26
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-25, Са-22, Mg-4, P-8, Fe-1	.200	Компот из урюка	14-07
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1623, Б-46, Ж-62, У-225, Вит.А-4, Вит.С-26,			238

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	20-69
ЭЦ-364, Б-11, Ж-11, У-55, Вит.С-2, Na-546, К-181, Са-22, Mg-4, P-8, Fe-1	.250/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	38-65
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-22, Mg-4, P-8, Fe-1	.200	Какао с молоком	23-37
ЭЦ-278, Б-5, Ж-8, У-47, Na-27, К-88, Са-37, Mg-10, P-8, Fe-1	.080	Манник	17-70
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-69, Б-1, У-17, Вит.С-1, Na-1, К-12, Са-1	1шт	Яблоко	21-58
ЭЦ-179, Б-5, Ж-12, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-2, К-25, Са-22, Mg-4, P-8, Fe-1	.250/20/10	Борщ из св. капусты с цыпленком,	32-98
ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, К-79, Са-22, Mg-4, P-8, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	21-30
ЭЦ-484, Б-32, Ж-39, У-1, Вит.РР-14, Na-2215, К-346, Са-22, Mg-4, P-8, Fe-1	0.090	Цыпленок жаренный	84-44
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-2059, Б-68, Ж-93, У-241, Вит.А-1, Вит.С-25,			274

60 родительская плата

ЭЦ-291, Б-9, Ж-9, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-22, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	34-78
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-278, Б-5, Ж-8, У-47, Na-27, К-88, Са-37, Mg-10, P-8, Fe-1	.080	Манник	17-70
ЭЦ-147, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-22, Mg-4, P-8, Fe-1	.050	Булка формовая	3-26
ЭЦ-773, Б-18, Ж-18, У-135, Вит.С-1, Вит.РР-1,			60

Руководитель

Зав.производством

