

16 Декабря 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-302, Б-16, Ж-20, У-15, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1141, K-255, Mg-5, P-8, Fe-1	.090/50	Зразы рубленные с соусом	86-96
ЭЦ-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит.РР-1, Na-1141, K-255, Mg-5, P-8, Fe-1	.150/20	Каша гречневая рассыпчатая с	28-03
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-696, Б-25, Ж-35, У-71, Вит.С-32, Вит.РР-7,			130

5-11 класс

ЭЦ-319, Б-17, Ж-21, У-16, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1141, K-255, Mg-5, P-8, Fe-1	.095/50	Зразы рубленные с соусом	91-25
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-1141, K-255, Mg-5, P-8, Fe-1	.180/20	Рис припущенный с овощами с	33-90
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт	Печенье "Школьная шпаргалка"	16-58
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-783, Б-26, Ж-29, У-104, Вит.А-1, Вит.С-6,			149

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	16
ЭЦ-291, Б-9, Ж-9, У-44, Вит.С-1, Na-437, K-145, Ca-143, Mg-14, P-20	.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	34-78
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, Mg-14, P-52, Fe-1	.200	Чай с молоком	10-55
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, K-2, Ca-2, P-3	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	20-69
ЭЦ-174, Б-7, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-2, Na-1141, K-255, Mg-5, P-8, Fe-1	.200/20/6	Суп карт. с горохом, цыпленком,	25-98
ЭЦ-302, Б-16, Ж-20, У-15, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1141, K-255, Mg-5, P-8, Fe-1	.090/50	Зразы рубленные с соусом	86-96
ЭЦ-333, Б-8, Ж-15, У-41, Вит.РР-1, Na-1141, K-255, Mg-5, P-8, Fe-1	.150/20	Каша гречневая рассыпчатая с	28-03
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1452, Б-49, Ж-72, У-156, Вит.А-1, Вит.С-43,			238

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	16
ЭЦ-364, Б-11, Ж-11, У-55, Вит.С-2, Na-546, K-181, Ca-152, Mg-16, P-22	.250/13	Каша пшеничная с маслом сливочным	44-79
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, Mg-14, P-52, Fe-1	.200	Чай с молоком	10-55
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, K-2, Ca-2, P-3	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	20-69
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-1141, K-255, Mg-5, P-8, Fe-1	.250/20/10	Суп карт. с горохом, цыпленком,	29-96
ЭЦ-319, Б-17, Ж-21, У-16, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-1141, K-255, Mg-5, P-8, Fe-1	.095/50	Зразы рубленные с соусом	91-25
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-1141, K-255, Mg-5, P-8, Fe-1	.180/20	Рис припущенный с овощами с	33-90
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт	Печенье "Школьная шпаргалка"	16-58
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1682, Б-55, Ж-70, У-211, Вит.А-2, Вит.С-21,			274

60 родительская плата

ЭЦ-291, Б-9, Ж-9, У-44, Вит.С-1, Na-437, K-145, Ca-143, Mg-14, P-20	.200/13	Каша пшеничная с маслом сливочным	38-84
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-54, Ca-143, Mg-16, P-22	.050	Булка формовая	3-26
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/25гр.	Печенье Кременкульское	13-64
ЭЦ-596, Б-16, Ж-10, У-108, Вит.С-1, Вит.РР-1,			60

Руководитель

Зав.производством

