

26 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-451, Б-10, Ж-31, У-4, Вит.С-3, На-3, К-66, Са-5, ЭЦ-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, На-1451, ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.055/55	Гуляш из свинины	82-58
	.180	Картофельное пюре	32-41
	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-699, Б-15, Ж-38, У-45, Вит.С-62, Вит.РР-6,			130

5-11 класс

ЭЦ-4, Вит.С-1, На-27, К-38, Са-6, Мг-4, Р-7	.015	Нарезка из огурцов конс.	8-72
ЭЦ-707, Б-16, Ж-40, У-38, Вит.С-50, Вит.РР-3, На-62, ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.060/200	Жаркое по-домашнему	111-94
	.200/15	Чай с сахаром	3-71
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт/28гр.	Вафли "Белоснежка"	21-62
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-914, Б-21, Ж-40, У-83, Вит.С-51, Вит.РР-3,			149

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-301, Б-7, Ж-12, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-438, ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, На-1, К-2, Са-2, Р-3	.200/10	Каша манная с маслом сливочным	34-34
	.31,25/13	Бутерброд с маслом сливочным	26-65
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-71
ЭЦ-152, Б-4, Ж-8, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-2, ЭЦ-451, Б-10, Ж-31, У-4, Вит.С-3, На-3, К-66, Са-5, ЭЦ-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, На-1451, ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200/25/10	Рассольник Ленинг. с цыпленком,	43-30
	.055/55	Гуляш из свинины	82-58
	.180	Картофельное пюре	32-41
	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1348, Б-27, Ж-70, У-121, Вит.А-1, Вит.С-77,			238

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-376, Б-9, Ж-15, У-51, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-548, ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, На-1, К-2, Са-2, Р-3	.250/13	Каша манная с маслом сливочным	44-12
	.31,25/15	Бутерброд с маслом сливочным	29-53
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-71
ЭЦ-190, Б-6, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, ЭЦ-4, Вит.С-1, На-27, К-38, Са-6, Мг-4, Р-7	.250/25/10	Рассольник Ленинг. с цыпленком,	47-64
	.015	Нарезка из огурцов конс.	8-72
ЭЦ-707, Б-16, Ж-40, У-38, Вит.С-50, Вит.РР-3, На-62, ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.060/200	Жаркое по-домашнему	111-94
	.200/15	Чай с сахаром	3-71
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт/28гр.	Вафли "Белоснежка"	21-62
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1676, Б-37, Ж-78, У-173, Вит.А-1, Вит.С-70,			274

60 родительская плата

ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-444, ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/6	Каша рисовая с маслом сливочным	31-41
	.200/15	Чай с сахаром	3-71
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт/28гр.	Вафли "Белоснежка"	21-62
ЭЦ-147, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, На-236, К-54, Са- ЭЦ-626, Б-14, Ж-13, У-111, Вит.С-1, Вит.РР-2,	.050	Булка формовая	3-26
			60

Руководитель

Зав.производством