

15 Января 2026 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-230, Б-6, Ж-5, У-39, Вит.РР-1, Na-2170, К-70, Са-1400, Mg-4, P-8, Fe-1	.050	Помидор Черри	16-53
ЭЦ-477, Б-21, Ж-33, У-8, Вит.С-2, Na-2106, К-50, Са-1400, Mg-4, P-8, Fe-1	.160	Макаронные изделия отварные	18-93
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.090	Шницель рубленый Дружба	100-51
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.200/15	Чай с сахаром	3-71
ЭЦ-791, Б-28, Ж-38, У-68, Вит.С-2, Вит.РР-1,	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
			143

5-11 класс

ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-444, К-146, Са-1400, Mg-4, P-8, Fe-1	.250/10/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	32-28
ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, К-79, Са-1400, Mg-4, P-8, Fe-1	.050	Помидор Черри	16-53
ЭЦ-336, Б-18, Ж-22, У-17, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-1400, K-146, Са-1400, Mg-4, P-8, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	21-30
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.100	Зразы рубленые	87-86
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.200/15	Чай с сахаром	3-71
ЭЦ-900, Б-36, Ж-39, У-105, Вит.А-1, Вит.С-17,	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
			165

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, K-146, Са-1400, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/10	Каша рисовая с маслом сливочным	38-27
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-1400, Mg-4, P-8, Fe-1	.200	Кофейный напиток с молоком	12-40
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, Fe-1	.31,25./25	Бутерброд с сыром	36-05
ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-444, K-146, Са-1400, Mg-4, P-8, Fe-1	.250/10/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	32-28
ЭЦ-230, Б-6, Ж-5, У-39, Вит.РР-1, Na-2170, К-70, Са-1400, Mg-4, P-8, Fe-1	.050	Помидор Черри	16-53
ЭЦ-477, Б-21, Ж-33, У-8, Вит.С-2, Na-2106, К-50, Са-1400, Mg-4, P-8, Fe-1	.160	Макаронные изделия отварные	18-93
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.090	Шницель рубленый Дружба	100-51
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.200/15	Чай с сахаром	3-71
ЭЦ-1603, Б-56, Ж-71, У-173, Вит.А-1, Вит.С-16,	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
			262

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-379, Б-7, Ж-15, У-53, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-554, K-146, Са-1400, Mg-4, P-8, Fe-1	.250/13	Каша рисовая с маслом сливочным	49-12
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-1400, Mg-4, P-8, Fe-1	.200	Кофейный напиток с молоком	12-40
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, Fe-1	.31,25./25	Бутерброд с сыром	36-05
ЭЦ-388, Б-4, Ж-25, У-40, Na-45, К-50, Са-24, Mg-5, P-8, Fe-1	.075	Пирожное Черемушка	39-43
ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-444, K-146, Са-1400, Mg-4, P-8, Fe-1	.250/10/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	32-28
ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, К-79, Са-1400, Mg-4, P-8, Fe-1	.050	Помидор Черри	16-53
ЭЦ-336, Б-18, Ж-22, У-17, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-1400, K-146, Са-1400, Mg-4, P-8, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	21-30
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.100	Зразы рубленые	87-86
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.200/15	Чай с сахаром	3-71
ЭЦ-1955, Б-59, Ж-89, У-237, Вит.А-1, Вит.С-20,	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
			302

60 родительская плата

ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, K-146, Са-1400, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/11	Каша рисовая с маслом сливочным	39-33
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-71
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/25гр.	Печенье Кременкульское	13-64
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-487, Б-10, Ж-12, У-84, Вит.С-1, Вит.РР-1,			60

Руководитель

Зав.производством

