

11 Февраля 2026 г.

Меню Школа № 10

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

1-4 класс

ЭЦ-555, Б-38, Ж-45, У-2, Вит.РР-16, Na-2584, К-404, Са-60, Mg-39, P-347, Fe-3	0.105	Цыпленок жаренный	100-20
ЭЦ-184, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1427, К-902, Са-62, Mg-40, P-117, Fe-1	.177	Картофельное пюре	33-15
ЭЦ-123, Б-7, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	6-39
ЭЦ-147, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	3-26
ЭЦ-1019, Б-47, Ж-53, У-88, Вит.А-1, Вит.С-32,			143

5-11 класс

ЭЦ-179, Б-5, Ж-12, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-2, Na-1003, К-391, Са-56, Mg-29, P-88, Fe-2	.250/15/10	Борщ из св. капусты с цыпленком,	30-65
ЭЦ-555, Б-38, Ж-45, У-2, Вит.РР-16, Na-2584, К-404, Са-60, Mg-39, P-347, Fe-3	0.105	Цыпленок жаренный	100-20
ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, К-79, Са-36, Mg-11, P-61, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	21-12
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	6-39
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-64
ЭЦ-1180, Б-53, Ж-63, У-102, Вит.А-2, Вит.С-22,			165

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/10	Каша рисовая с маслом	44-43
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	10-10
ЭЦ-555, Б-7, Ж-24, У-76, Вит.РР-1, Na-63, К-126, Са-24, Mg-13, P-72, Fe-1	.120	Песочная Турбинка	32-56
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-143, Б-4, Ж-9, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-802, К-313, Са-45, Mg-23, P-70, Fe-1	.200/15/10	Борщ из св. капусты с цыпленком,	28-59
ЭЦ-555, Б-38, Ж-45, У-2, Вит.РР-16, Na-2584, К-404, Са-60, Mg-39, P-347, Fe-3	0.105	Цыпленок жаренный	100-20
ЭЦ-184, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1427, К-902, Са-62, Mg-40, P-117, Fe-1	.177	Картофельное пюре	33-15
ЭЦ-123, Б-7, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	6-39
ЭЦ-147, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Булка формовая	3-26
ЭЦ-2128, Б-67, Ж-100, У-241, Вит.А-2, Вит.С-			262

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-379, Б-7, Ж-15, У-53, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-554, К-242, Са-162, Mg-46, P-200, Fe-1	.250/15	Каша рисовая с маслом	61-14
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	10-10
ЭЦ-555, Б-7, Ж-24, У-76, Вит.РР-1, Na-63, К-126, Са-24, Mg-13, P-72, Fe-1	.120	Песочная Турбинка	32-56
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-740, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый Икор	29-88
ЭЦ-179, Б-5, Ж-12, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-2, Na-1003, К-391, Са-56, Mg-29, P-88, Fe-2	.250/15/10	Борщ из св. капусты с цыпленком,	30-65
ЭЦ-555, Б-38, Ж-45, У-2, Вит.РР-16, Na-2584, К-404, Са-60, Mg-39, P-347, Fe-3	0.105	Цыпленок жаренный	100-20
ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, К-79, Са-36, Mg-11, P-61, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	21-12
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	6-39
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-64
ЭЦ-2314, Б-70, Ж-104, У-277, Вит.А-13002,			302

Руководитель

Зав.производством

