

17 Июня 2026 г.

Меню Школа № 10 ЛДПД 6-11 лет

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

завтрак

ЭЦ-291, Б-9, Ж-9, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-90	.200/5	Каша пшенная с маслом сливочным	25-67
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	16
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	21
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-74
ЭЦ-553, Б-15, Ж-26, У-65, Вит.С-1, Na-495, К-			

обед

ЭЦ-14, Б-1, У-2, Вит.А-1, Вит.С-15, Na-5, К-174, Са-8, Mg-12, P-16, Fe-1	.060	Нарезка овощная (помидор)	23-13
ЭЦ-122, Б-2, Ж-6, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-808, К-391, Са-27, Mg-22, P-55, Fe-1	.200/10	Рассольник Ленинградский со сметан	21-67
ЭЦ-258, Б-15, Ж-20, У-4, Вит.А-1, Вит.РР-6, Na-333, К-174, Са-21, Mg-18, P-138, Fe-1	.085	Колбаски витаминные	86-48
ЭЦ-43, Б-1, Ж-2, У-6, Вит.С-33, Вит.РР-1, Na-10, К-150, Са-36, Mg-13, P-26, Fe-1	.050	Капуста тушеная	8-78
ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, К-509, Са-35, Mg-22, P-66, Fe-1	.100	Картофельное пюре	20-21
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-64
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	7-68
ЭЦ-718, Б-24, Ж-32, У-83, Вит.А-4, Вит.С-79,			241

Руководитель

Зав. производством

