ООО "Комбинат питания"

23 Сентября 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 горячий завтрак	
ЭЦ-309, Б-17, Ж-17, У-22, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-3455, K-89, Ca-44, Mg-11, P-35, Fe-1	*.100/50*	***Шницель мясной с соусом прав.***	*107-77*
ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, K-509, Ca-35, Mg-22, P-66, Fe-1	*.100*	***Картофельное пюре***	*19-85*
ЭЦ-60, Б-2, Ж-2, У-8, Вит.С-46, Вит.РР-1, Na-14, K-210, Ca-51, Mg-18, P-36, Fe-1	*.070*	***Капуста тушеная***	*15-20*
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	*.200/15*	***Чай с сахаром***	*3-86*
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Ca-7	*.1к/31,25г*	***Хлеб витаминный***	*3-32*
ЭЦ-616, Б-24, Ж-23, У-78, Вит.А-1, Вит.С-66,			**150**
		5-11 класс	
	.030	***Икра кабачковая***	*10-77*
ЭЦ-151, Б-3, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-1024, K-513, Ca-41, Mg-29, P-83, Fe-1	*.250/15/10*	***Рассольник Ленинг. с филе цып, сметан***	*44-87*
ЭЦ-794, Б-14, Ж-45, У-54, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-26, K-235, Ca-46, Mg-61, P-148, Fe-1	*.060/200*	***Плов по - узбекски***	*108-44*
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	*.200/15*	***Чай с сахаром***	*3-86*
ЭЦ-176, Б-5, Ж-2, У-35, Вит.РР-1, Na-283, K-65, Ca-12, Mg-8, P-44, Fe-1	*.060*	***Булка формовая***	*4-06*
ЭЦ-1178, Б-22, Ж-55, У-122, Вит.А-7, Вит.С-22,			**172**
		ОВЗ 1-4 клас	
ЭЦ-186, Б-12, Ж-15, У-2, Na-309, K-162, Ca-85, Mg-14, P-190, Fe-2	*.118/5*	***Омлет натуральный с маслом сливочным***	*53-47*
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	*.200/15*	***Чай с сахаром***	*3-86*
ЭЦ-88, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, K-32, Ca-6, Mg-4, P-22	*.030*	***Булка формовая***	*2-03*
ЭЦ-121, Б-2, Ж-6, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-1, Na-819, K-411, Ca-33, Mg-23, P-67, Fe-1	*.200/15/10*	***Рассольник Ленинг. с филе цып, сметан***	*40-44*
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, K-740, Ca-200, Mg-100, P-180, Fe-2	*0.200*	***Сок Фруктовый 1кор***	*25-20*
ЭЦ-309, Б-17, Ж-17, У-22, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-3455, K-89, Ca-44, Mg-11, P-35, Fe-1	*.100/50*	***Шницель мясной с соусом прав.***	*107-77*
ЭЦ-104, Б-2, Ж-4, У-15, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-806, K-509, Ca-35, Mg-22, P-66, Fe-1	*.100*	***Картофельное пюре***	*19-85*
ЭЦ-60, Б-2, Ж-2, У-8, Вит.С-46, Вит.РР-1, Na-14, K-210, Ca-51, Mg-18, P-36, Fe-1	*.070*	***Капуста тушеная***	*15-20*
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	*.200/15*	***Чай с сахаром***	*3-86*
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Ca-7	*.1к/31,25г*	***Хлеб витаминный***	*3-32*
ЭЦ-1160, Б-40, Ж-45, У-150, Вит.А-13002,			**275**
		ОВЗ 5-11 класс	
ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14	*.125/1шт*	***Йогурт фруктовый***	*38-85*
ЭЦ-470, Б-29, Ж-37, У-5, Вит.А-1, Вит.В2-1, Вит.С-1, Na-781, K-410, Ca-214, Mg-36, P-479, Fe-5	*.177/5*	***Омлет натуральный с маслом сливочным***	*75-79*
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	*.200/15*	***Чай с сахаром***	*3-86*
ЭЦ-223, Б-4, Ж-10, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-55, Ca-11, Mg-7, P-39, Fe-1	*.050/12*	***Бутерброд с маслом сливочным***	*25-50*
	.030	***Икра кабачковая***	*10-77*
ЭЦ-151, Б-3, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-1024, K-513, Ca-41, Mg-29, P-83, Fe-1	*.250/15/10*	***Рассольник Ленинг. с филе цып, сметан***	*44-87*
ЭЦ-794, Б-14, Ж-45, У-54, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-26, K-235, Ca-46, Mg-61, P-148, Fe-1	*.060/200*	***Плов по - узбекски***	*108-44*
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	*.200/15*	***Чай с сахаром***	*3-86*
ЭЦ-176, Б-5, Ж-2, У-35, Вит.РР-1, Na-283, K-65, Ca-12, Mg-8, P-44, Fe-1	*.060*	***Булка формовая***	*4-06*
ЭЦ-2028, Б-59, Ж-106, У-185, Вит.А-8, Вит.В2-			**316**

Руководитель _____

Зав.производством _____