ООО "Комбинат питания"

24 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-54, Б-1, Ж-3, У-6, Вит.А-1, Вит.С-15, Na-100, K-100, Ca-33, Mg-10, P-18	.100	Салат из свежей капусты	12-81
ЭЦ-1166, Б-21, Ж-68, У-74, Вит.А-7, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-31, K-284, Ca-53, Mg-78, P-195, Fe-2	.070/200	Плов по - узбекски	121-75
ЭЦ-97, У-25, Вит.С-2, Na-3, K-35, Ca-2, Mg-1, P-1	.200	Напиток яблочный	12-12
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Ca-7	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-1403, Б-25, Ж-71, У-123, Вит.А-8, Вит.С-23,			150
		5-11 класс	
ЭЦ-163, Б-5, Ж-12, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-2, Na-732, K-346, Ca-53, Mg-25, P-82, Fe-1	.250/15/10	Щи из св капусты с цыпленком, сметаной	32-88
ЭЦ-239, Б-13, Ж-18, У-7, Вит.С-2, Вит.РР-5, Na-229, K-189, Ca-40, Mg-18, P-132, Fe-1	.087/50	Фрикадельки из курицы с соусом	92-48
ЭЦ-208, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-35, Вит.РР-2, Na-1613, K-1019, Ca-71, Mg-45, P-132, Fe-2	.200	Картофельное пюре	39-46
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-753, Б-25, Ж-37, У-78, Вит.А-1, Вит.С-67,			172
		ОВЗ 1-4 класс	
ЭЦ-141, Б-3, Ж-1, У-31, Вит.РР-1, Na-146, K-62, Ca-8, Mg-6, P-26, Fe-1	.031,25/30	Бутерброд с джемом	26-84
ЭЦ-337, Б-9, Ж-14, У-43, Вит.С-2, Na-470, K-241, Ca-202, Mg-23, P-150	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	41-34
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, K-147, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	23-94
ЭЦ-163, Б-5, Ж-12, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-2, Na-732, K-346, Ca-53, Mg-25, P-82, Fe-1	.250/15/10	Щи из св капусты с цыпленком, сметаной	32-88
ЭЦ-54, Б-1, Ж-3, У-6, Вит.А-1, Вит.С-15, Na-100, K-100, Ca-33, Mg-10, P-18	.100	Салат из свежей капусты	12-81
ЭЦ-1166, Б-21, Ж-68, У-74, Вит.А-7, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-31, K-284, Ca-53, Mg-78, P-195, Fe-2	.070/200	Плов по - узбекски	121-75
ЭЦ-97, У-25, Вит.С-2, Na-3, K-35, Ca-2, Mg-1, P-1	.200	Напиток яблочный	12-12
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Ca-7	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-2193, Б-45, Ж-103, У-231, Вит.А-9, Вит.С-			275
		ОВЗ 5-11 класс	
ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/1шт	Йогурт фруктовый	38-85
ЭЦ-141, Б-3, Ж-1, У-31, Вит.РР-1, Na-146, K-62, Ca-8, Mg-6, P-26, Fe-1	.031,25/30	Бутерброд с джемом	26-84
ЭЦ-421, Б-11, Ж-18, У-54, Вит.С-3, Na-587, K-302, Ca-252, Mg-29, P-188	.250/12	Каша ячневая с маслом сливочным	51-05
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, K-147, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	23-94
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Ca-7	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-163, Б-5, Ж-12, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-2, Na-732, K-346, Ca-53, Mg-25, P-82, Fe-1	.250/15/10	Щи из св капусты с цыпленком, сметаной	32-88
ЭЦ-239, Б-13, Ж-18, У-7, Вит.С-2, Вит.РР-5, Na-229, K-189, Ca-40, Mg-18, P-132, Fe-1	.087/50	Фрикадельки из курицы с соусом	92-48
ЭЦ-208, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-35, Вит.РР-2, Na-1613, K-1019, Ca-71, Mg-45, P-132, Fe-2	.200	Картофельное пюре	39-46
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-1650, Б-49, Ж-65, У-220, Вит.А-1, Вит.С-71,			316

Руководитель _____

Зав.производством _____