ООО "Комбинат питания"

30 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-359, Б-17, Ж-25, У-17, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-6, Na-349, K-211, Ca-22, Mg-20, P-147, Fe-2	.090/50	Котлета из филе цыпленка бр. с соусом	94-05
ЭЦ-253, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, K-77, Ca-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180/40	Макаронные изделия отварные с овощной закуской	40-63
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Ca-7	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-732, Б-26, Ж-31, У-87, Вит.А-1, Вит.С-30,			150
		5-11 класс	
ЭЦ-134, Б-5, Ж-4, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-993, K-469, Ca-25, Mg-26, P-64, Fe-1	.250/30	Суп картоф. с крупой и рыбой	41-90
ЭЦ-602, Б-13, Ж-41, У-6, Вит.С-5, Na-4, K-91, Ca-7, Mg-6, P-17	.060/50	Гуляш из филе птицы	83-46
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-1087, Б-25, Ж-52, У-85, Вит.А-1, Вит.С-57,			172
		ОВЗ 1-4 класс	
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	53-36
ЭЦ-88, Б-2, Ж-1, У-18, Na-141, K-32, Ca-6, Mg-4, P-22	.200	Чай с молоком	10-16
ЭЦ-107, Б-4, Ж-4, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-795, K-375, Ca-20, Mg-20, P-51, Fe-1	.030	Булка формовая	2-03
ЭЦ-347, Б-7, Ж-10, У-59, Вит.РР-1, Na-34, K-110, Ca-46, Mg-12, P-80, Fe-1	.200/30	Суп картоф. с крупой и рыбой	39-06
ЭЦ-359, Б-17, Ж-25, У-17, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-6, Na-349, K-211, Ca-22, Mg-20, P-147, Fe-2	.100	Манник	20-39
ЭЦ-253, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, K-77, Ca-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.090/50	Котлета из филе цыпленка бр. с соусом	94-05
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.180/40	Макаронные изделия отварные с овощной закуской	40-63
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Ca-7	.200	Напиток Витошка	12
ЭЦ-1546, Б-53, Ж-63, У-197, Вит.А-2, Вит.С-44,	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
			275
		ОВЗ 5-11 класс	
ЭЦ-279, Б-17, Ж-22, У-3, Вит.В2-1, Вит.С-1, Na-463, K-243, Ca-127, Mg-22, P-284, Fe-3	.177/5	Омлет натуральный с маслом сливочным	76-54
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-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	4-05
ЭЦ-347, Б-7, Ж-10, У-59, Вит.РР-1, Na-34, K-110, Ca-46, Mg-12, P-80, Fe-1	.100	Манник	20-39
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт./80гр.	Печенье "Слабодка шахматная"	19-08
ЭЦ-134, Б-5, Ж-4, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-993, K-469, Ca-25, Mg-26, P-64, Fe-1	.250/30	Суп картоф. с крупой и рыбой	41-90
ЭЦ-602, Б-13, Ж-41, У-6, Вит.С-5, Na-4, K-91, Ca-7, Mg-6, P-17	.060/50	Гуляш из филе птицы	83-46
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-2138, Б-60, Ж-91, У-227, Вит.А-1, Вит.В2-1,			316

Руководитель _____

Зав.производством _____