ООО "Комбинат питания"

05 Ноября 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-584, Б-25, Ж-37, У-37, Вит.С-1, Вит.РР-4, Na-	*.060/60*	*Бефстроганов*	*120-32*
ЭЦ-230, Б-6, Ж-5, У-39, Вит.РР-1, Na-2170, K-70,	*.160*	*Макаронные изделия отварные*	*17-68*
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-	*.200*	*Компот из сухофруктов*	*8-68*
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Ca-7	*.1к/31,25г*	*Хлеб витаминный*	*3-32*
ЭЦ-1023, Б-35, Ж-42, У-125, Вит.А-1, Вит.С-2,			**150**
		5-11 класс	
ЭЦ-40, Б-1, Ж-2, У-4, Вит.С-11, Na-75, K-75, Ca-	*.075*	*Салат из свежей капусты*	*9-65*
ЭЦ-627, Б-14, Ж-43, У-6, Вит.С-5, Na-4, K-95, Ca-	*.075/50*	*Гуляш*	*112-46*
ЭЦ-310, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-	*.200*	*Рис припущенный с овощами*	*23-63*
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-100, Б-3, У-20	*1шт./100*	*Печенье "Слабодка шахматная"*	*19-08*
ЭЦ-1220, Б-26, Ж-54, У-115, Вит.А-1, Вит.С-18,			**172**
		ОВЗ 1-4 класс	
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, K-2, Ca-2, P-3	*.31,25/12*	*Бутерброд с маслом сливочным*	*24-54*
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, K-145,	*.200/10*	*Каша ячневая с маслом сливочным*	*33-65*
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, K-147, Ca-	*.200*	*Какао с молоком*	*24-45*
ЭЦ-130, Б-4, Ж-9, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, Na-719, K-311, Ca-51, Mg-21, P-52, Fe-1	*.250/15/10*	*Щи из св. капусты смясом, сметаной*	*42-36*
ЭЦ-584, Б-25, Ж-37, У-37, Вит.С-1, Вит.РР-4, Na-	*.060/60*	*Бефстроганов*	*120-32*
ЭЦ-230, Б-6, Ж-5, У-39, Вит.РР-1, Na-2170, K-70, Ca-32, Mg-10, P-54, Fe-1	*.160*	*Макаронные изделия отварные*	*17-68*
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-	*.200*	*Компот из сухофруктов*	*8-68*
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Ca-7	*.1к/31,25г*	*Хлеб витаминный*	*3-32*
ЭЦ-1724, Б-50, Ж-78, У-205, Вит.А-2, Вит.С-34,			**275**
		ОВЗ 5-11 класс	
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, K-2, Ca-2, P-3	*.31,25/15*	*Бутерброд с маслом сливочным*	*29-84*
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, K-181,	*.250/14*	*Каша ячневая с маслом сливочным*	*44-03*
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, K-147, Ca-	*.200*	*Какао с молоком*	*24-45*
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Ca-7	*.1к/31,25г*	*Хлеб витаминный*	*3-32*
ЭЦ-130, Б-4, Ж-9, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, Na-719, K-311, Ca-51, Mg-21, P-52, Fe-1	*.250/15/10*	*Щи из св. капусты смясом, сметаной*	*42-36*
ЭЦ-40, Б-1, Ж-2, У-4, Вит.С-11, Na-75, K-75, Ca-	*.075*	*Салат из свежей капусты*	*9-65*
ЭЦ-627, Б-14, Ж-43, У-6, Вит.С-5, Na-4, K-95, Ca-	*.075/50*	*Гуляш*	*112-46*
ЭЦ-310, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-	*.200*	*Рис припущенный с овощами*	*23-63*
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-100, Б-3, У-20	*1шт./100*	*Печенье "Слабодка шахматная"*	*19-08*
ЭЦ-2078, Б-46, Ж-93, У-223, Вит.А-2, Вит.С-51,			**316**
		60 родительская плата	
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, K-2, Ca-2, P-3	*.31,25/10*	*Бутерброд с маслом сливочным*	*21*
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, K-145,	*.200/7*	*Каша ячневая с маслом сливочным*	*28-59*
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-	*.200*	*Чай с молоком*	*10-41*
ЭЦ-508, Б-10, Ж-24, У-63, Вит.С-2, Na-464, K-245,			**60**
		ГПД	
ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, K-2, Ca-2, P-3	*.31,25/13*	*Бутерброд с маслом сливочным*	*26-36*
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, K-145,	*.200/10*	*Каша ячневая с маслом сливочным*	*33-65*
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, K-147, Ca-	*.200*	*Какао с молоком*	*24-45*
ЭЦ-291, Б-8, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-304, K-100,	*0.120*	*Булочка Сластена*	*35-66*
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-	*0.200*	*Сок Фруктовый*	*29-88*
ЭЦ-954, Б-19, Ж-34, У-141, Вит.А-13000, Вит.С-42,			**150**

Руководитель _____

Зав.производством _____