

18 Января 2024 г.

Меню Школа № 9

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

1-4 класс

ЭЦ-77, Б-1, Ж-6, У-5, Вит.С-17, Na-470, К-88, Са-25, Mg-8, P-19	.060	Салат "Здоровье"	13-99
ЭЦ-189, Б-8, Ж-10, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-481, К-265, Са-22, Mg-14, P-38, Fe-1	.200/20	Суп карт. с горохом, тушенкой	24-27
ЭЦ-289, Б-16, Ж-18, У-16, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-2390, К-127, Са-41, Mg-13, P-46, Fe-1	.100/50	Тефтели рыбные с соусом	40-59
ЭЦ-279, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180	Рис припущенный с овощами	18-06
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-61
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-24
ЭЦ-969, Б-33, Ж-42, У-116, Вит.А-3, Вит.С-61, Вит.РР-8, Na-4191, К-606, Са-113, Mg-75, P-230, Fe-3			112

ОВЗ завтрак 1-4 класс

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	22-40
ЭЦ-163, Б-6, Ж-6, У-22, Вит.С-2, Na-450, К-208, Са-158, Mg-21, P-131	.250	Суп молочный с макаронными изд.	17-03
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-22
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/15	Бутерброд с сыром	13-97
ЭЦ-2, Вит.С-1, Na-1, К-12, Са-1	1 шт.	Мандарин	30-38
ЭЦ-488, Б-20, Ж-19, У-60, Вит.С-4, Na-805, К-473, Са-432, Mg-50, P-392, Fe-1			94

ОВЗ 1-4 класс завтрак (без содержания коровьего белка)

ЭЦ-491, Б-13, Ж-29, У-17, Вит.С-99, Вит.РР-2, Na-31, К-451, Са-109, Mg-39, P-77, Fe-1	.150/50	Капуста тушеная с мясом	79-87
ЭЦ-95, У-25, К-1	.200	Напиток из шиповника	11-52
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-613, Б-14, Ж-29, У-48, Вит.С-99, Вит.РР-2, Na-31, К-452, Са-109, Mg-39, P-77, Fe-1			94

ОВЗ обед 1-4 класс

ЭЦ-77, Б-1, Ж-6, У-5, Вит.С-17, Na-470, К-88, Са-25, Mg-8, P-19	.060	Салат "Здоровье"	13-99
ЭЦ-189, Б-8, Ж-10, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-481, К-265, Са-22, Mg-14, P-38, Fe-1	.200/20	Суп карт. с горохом, тушенкой	24-27
ЭЦ-289, Б-16, Ж-18, У-16, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-2390, К-127, Са-41, Mg-13, P-46, Fe-1	.100/50	Тефтели рыбные с соусом	40-59
ЭЦ-279, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180	Рис припущенный с овощами	18-06
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-24
ЭЦ-969, Б-33, Ж-42, У-116, Вит.А-3, Вит.С-61, Вит.РР-8, Na-4191, К-606, Са-113, Mg-75, P-230, Fe-3			112

ОВЗ 1-4 класс обед (без содержания коровьего белка)

ЭЦ-77, Б-1, Ж-6, У-5, Вит.С-17, Na-470, К-88, Са-25, Mg-8, P-19	.060	Салат "Здоровье"	13-99
ЭЦ-189, Б-8, Ж-10, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-481, К-265, Са-22, Mg-14, P-38, Fe-1	.200/20	Суп карт. с горохом, тушенкой	24-27
ЭЦ-289, Б-16, Ж-18, У-16, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-2390, К-127, Са-41, Mg-13, P-46, Fe-1	.100/50	Тефтели рыбные с соусом	40-59
ЭЦ-279, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180	Рис припущенный с овощами	18-06
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-61
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-24
ЭЦ-969, Б-33, Ж-42, У-116, Вит.А-3, Вит.С-61, Вит.РР-8, Na-4191, К-606, Са-113, Mg-75, P-230, Fe-3			112

50 родительская плата

ЭЦ-163, Б-6, Ж-6, У-22, Вит.С-2, Na-450, К-208, Са-158, Mg-21, P-131	.250	Суп молочный с макаронными изд.	17-03
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/26	Бутерброд с сыром	22-75
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-22
ЭЦ-420, Б-15, Ж-14, У-60, Вит.С-3, Na-748, К-402, Са-408, Mg-45, P-311			50




18 Января 2024 г.

Меню Школа № 9 5-11 класс

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

5-11 класс

ЭЦ-533, Б-15, Ж-31, У-23, Вит.А-1, Вит.С-132, Вит.РР-2, Na-41, К-601, Са-145, Mg-52, P-103, Fe-2	.200/55	Капуста тушеная с мясом	94-77
ЭЦ-95, У-25, К-1	.200	Напиток из шиповника	11-52
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-2, Вит.С-1, Na-1, К-12, Са-1	1шт	Климентина	20-10
ЭЦ-657, Б-16, Ж-31, У-54, Вит.А-1, Вит.С-133, Вит.РР-2, Na-42, К-614, Са-146, Mg-52, P-103, Fe-2			129

ОВЗ завтрак 5-11 класс

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	22-40
ЭЦ-163, Б-6, Ж-6, У-22, Вит.С-2, Na-450, К-208, Са-158, Mg-21, P-131	.250	Суп молочный с макаронными изделиями	17-03
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-22
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/30	Бутерброд с сыром	25-24
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-513, Б-21, Ж-19, У-66, Вит.С-3, Na-804, К-461, Са-431, Mg-50, P-392, Fe-1			

ОВЗ обед 5-11 класс

ЭЦ-236, Б-10, Ж-13, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, К-331, Са-27, Mg-18, P-47, Fe-1	.250/23	Суп карт. с горохом, тушенкой	29-50
ЭЦ-533, Б-15, Ж-31, У-23, Вит.А-1, Вит.С-132, Вит.РР-2, Na-41, К-601, Са-145, Mg-52, P-103, Fe-2	.200/55	Капуста тушеная с мясом	94-77
ЭЦ-95, У-25, К-1	.200	Напиток из шиповника	11-52
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-2, Вит.С-1, Na-1, К-12, Са-1	1шт	Климентина	20-10
ЭЦ-893, Б-26, Ж-44, У-77, Вит.А-2, Вит.С-145, Вит.РР-3, Na-644, К-945, Са-173, Mg-70, P-150, Fe-3			236

Руководитель

Зав.производством