

24 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-73, Б-1, Ж-6, У-4, Вит.А-5, Вит.С-3, Вит.РР-1, Na-244, К-108, Са-30, Mg-21, P-30	.060	Морковь отварная с маслом раст.	7-42
ЭЦ-107, Б-4, Ж-4, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-795, К-375, Са-20, Mg-20, P-51, Fe-1	.200/10	Суп картоф. с крупой, рыбный	16-71
ЭЦ-248, Б-14, Ж-19, У-7, Вит.С-2, Вит.РР-5, Na-237, К-196, Са-41, Mg-18, P-136, Fe-1	.090/50	Фрикадельки из курицы с соусом	63-47
ЭЦ-39, Ж-4, Na-1162, К-1, Са-12, Mg-1, P-3	.150	Каша пшеничная рассыпчатая	9-31
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-602, Б-22, Ж-33, У-55, Вит.А-6, Вит.С-46, Вит.РР-11, Na-2594, К-709, Са-109, Mg-64, P-240, Fe-2			112

ОВЗ завтрак 1-4 класс

ЭЦ-280, Б-7, Ж-14, У-32, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-1604, К-278, Са-150, Mg-68, P-224, Fe-2	.200/5	Каша геркулесовая с маслом сливочным	17-89
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25./20	Бутерброд с сыром	19-24
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-66
ЭЦ-69, Б-1, У-17, Вит.С-1, Na-1, К-12, Са-1	1шт	Яблоко	32-41
ЭЦ-167, Б-4, Ж-4, У-28, Вит.РР-1, Na-182, К-58, Са-11, Mg-7, P-44, Fe-1	.070	Ватрушка с творогом	20-80
ЭЦ-740, Б-20, Ж-24, У-111, Вит.С-2, Вит.РР-2, Na-2152, К-433, Са-375, Mg-95, P-410, Fe-5			94

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

ЭЦ-344, Б-18, Ж-17, У-29, Вит.С-39, Вит.РР-4, Na-47, К-1008, Са-25, Mg-45, P-109, Fe-2	.046/150	Жаркое по-домашнему	76-67
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из чернослива	14-72
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-494, Б-20, Ж-17, У-66, Вит.А-1, Вит.С-40, Вит.РР-5, Na-51, К-1043, Са-57, Mg-66, P-138, Fe-3			94

ОВЗ обед 1-4 класс

ЭЦ-73, Б-1, Ж-6, У-4, Вит.А-5, Вит.С-3, Вит.РР-1, Na-244, К-108, Са-30, Mg-21, P-30	.060	Морковь отварная с маслом раст.	7-42
ЭЦ-107, Б-4, Ж-4, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-795, К-375, Са-20, Mg-20, P-51, Fe-1	.200/10	Суп картоф. с крупой, рыбный	16-71
ЭЦ-248, Б-14, Ж-19, У-7, Вит.С-2, Вит.РР-5, Na-237, К-196, Са-41, Mg-18, P-136, Fe-1	.090/50	Фрикадельки из курицы с соусом	63-47
ЭЦ-39, Ж-4, Na-1162, К-1, Са-12, Mg-1, P-3	.150	Каша пшеничная рассыпчатая	9-31
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-602, Б-22, Ж-33, У-55, Вит.А-6, Вит.С-46, Вит.РР-11, Na-2594, К-709, Са-109, Mg-64, P-240, Fe-2			112

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

ЭЦ-73, Б-1, Ж-6, У-4, Вит.А-5, Вит.С-3, Вит.РР-1, Na-244, К-108, Са-30, Mg-21, P-30	.060	Морковь отварная с маслом раст.	7-42
ЭЦ-107, Б-4, Ж-4, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-795, К-375, Са-20, Mg-20, P-51, Fe-1	.200/10	Суп картоф. с крупой, рыбный	16-71
ЭЦ-248, Б-14, Ж-19, У-7, Вит.С-2, Вит.РР-5, Na-237, К-196, Са-41, Mg-18, P-136, Fe-1	.090/50	Фрикадельки из курицы с соусом	63-47
ЭЦ-39, Ж-4, Na-1162, К-1, Са-12, Mg-1, P-3	.150	Каша пшеничная рассыпчатая	9-31
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-602, Б-22, Ж-33, У-55, Вит.А-6, Вит.С-46, Вит.РР-11, Na-2594, К-709, Са-109, Mg-64, P-240, Fe-2			112

родительская плата

ЭЦ-280, Б-7, Ж-14, У-32, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-1604, К-278, Са-150, Mg-68, P-224, Fe-2	.200/10	Каша геркулесовая с маслом сливочным	23-75
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25./25	Бутерброд с сыром	22-59
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-66
ЭЦ-504, Б-15, Ж-20, У-66, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-1969, К-363, Са-363, Mg-88, P-366, Fe-4			50

Руководитель

Заяв. производством

24 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-7, У-1, Вит.С-5, Na-4, K-70, Ca-11, Mg-7, P-21	.050	Нарезка овощная (огурец)	25-70
ЭЦ-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5, Na-52, K-1096, Ca-27, Mg-48, P-118, Fe-2	.050/200	Жаркое по-домашнему	85-97
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, K-35, Ca-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из чернослива	14-72
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-531, Б-21, Ж-18, У-69, Вит.А-1, Вит.С-48, Вит.РР-6, Na-60, K-1201, Ca-70, Mg-76, P-168, Fe-3			129

ОВЗ завтрак 5-11 класс

ЭЦ-350, Б-9, Ж-17, У-39, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-2005, K-347, Ca-188, Mg-86, P-280, Fe-2	.250/10	Каша геркулесовая с маслом сливочным	26-85
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25./25	Бутерброд с сыром	22-59
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-66
ЭЦ-69, Б-1, У-17, Вит.С-1, Na-1, K-12, Ca-1	1шт	Яблоко	32-41
ЭЦ-643, Б-18, Ж-23, У-90, Вит.С-3, Вит.РР-1, Na-2371, K-444, Ca-402, Mg-106, P-422, Fe-4			

ОВЗ обед 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	.250/10	Суп картоф. с крупой, рыбный	21-49
ЭЦ-7, У-1, Вит.С-5, Na-4, K-70, Ca-11, Mg-7, P-21	.050	Нарезка овощная (огурец)	25-70
ЭЦ-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5, Na-52, K-1096, Ca-27, Mg-48, P-118, Fe-2	.050/200	Жаркое по-домашнему	85-97
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, K-35, Ca-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из чернослива	14-72
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-665, Б-26, Ж-22, У-86, Вит.А-2, Вит.С-65, Вит.РР-7, Na-1053, K-1670, Ca-95, Mg-102, P-232, Fe-4			236

Руководитель

Зав.производством



