

Меню Школа № 9 1-4 класс

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

1-4 класс

| | | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-------------------------------|------------|
| ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, На-469, К-60, Са-20, Mg-6, P-11 | .060 | Салат из свежей капусты | 6-27 |
| ЭЦ-178, Б-8, Ж-10, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, На-795, К-375, Са-20, Mg-20, P-51, Fe-1 | .200/12 | Суп рыбный с картоф. и крупой | 21-67 |
| ЭЦ-387, Б-9, Ж-25, У-14, Вит.А-1, Вит.С-31, Вит.РР-1, На-1181, К-196, Са-50, Mg-21, P-48, Fe-1 | .090/50 | Голубцы Любительские с соусом | 59-01 |
| ЭЦ-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, На-583, К-272, Са-20, Mg-143, P-215, Fe-5 | .150 | Каша гречневая рассыпчатая | 13-01 |
| ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1 | .200 | Компот из сухофруктов | 7-19 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1к/31,25г | Хлеб витаминный | 2-61 |
| ЭЦ-74, Б-2, У-15, На-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20 | .1к/31,25г | Хлеб народный | 2-24 |
| | | | 112 |
| ЭЦ-1099, Б-31, Ж-44, У-127, Вит.А-3, Вит.С-54, Вит.РР-4, На-3188, К-967, Са-148, Mg-215, P-374, Fe-8 | | | |

ОВЗ завтрак 1-4 класс

| | | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--------------------------------------|-----------|
| ЭЦ-163, Б-6, Ж-6, У-22, Вит.С-2, На-450, К-208, Са-158, Mg-21, P-131 | .250 | Суп молочный с макаронными изделиями | 17-33 |
| ЭЦ-202, Б-3, У-47, Вит.РР-1, На-200, К-98, Са-13, Mg-9, P-33, Fe-1 | .31,25/32 | Бутерброд с джемом | 23-41 |
| ЭЦ-57, Б-8, Ж-2, У-17, Вит.С-4, Вит.РР-3, На-17, К-1042, Са-208, Mg-185, P-346, Fe-34 | .200/15 | Чай пакетированный | 4-72 |
| ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, На-20, К-740, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2 | 0.200 | Сок Фруктовый 1кор | 26-28 |
| ЭЦ-179, Б-5, Ж-5, У-30, Вит.РР-1, На-194, К-63, Са-12, Mg-8, P-48, Fe-1 | .075 | Ватрушка с творогом | 22-26 |
| | | | 94 |
| ЭЦ-693, Б-22, Ж-13, У-139, Вит.А-13000, Вит.С-46, Вит.РР-7, На-881, К-2151, Са-591, Mg-323, P-738, Fe-38 | | | |

ОВЗ обед 1-4 класс

| | | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-------------------------------|------------|
| ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, На-469, К-60, Са-20, Mg-6, P-11 | .060 | Салат из свежей капусты | 6-27 |
| ЭЦ-178, Б-8, Ж-10, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, На-795, К-375, Са-20, Mg-20, P-51, Fe-1 | .200/12 | Суп рыбный с картоф. и крупой | 21-67 |
| ЭЦ-387, Б-9, Ж-25, У-14, Вит.А-1, Вит.С-31, Вит.РР-1, На-1181, К-196, Са-50, Mg-21, P-48, Fe-1 | .090/50 | Голубцы Любительские с соусом | 59-01 |
| ЭЦ-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, На-583, К-272, Са-20, Mg-143, P-215, Fe-5 | .150 | Каша гречневая рассыпчатая | 13-01 |
| ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1 | .200 | Компот из сухофруктов | 7-19 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1к/31,25г | Хлеб витаминный | 2-61 |
| ЭЦ-74, Б-2, У-15, На-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20 | .1к/31,25г | Хлеб народный | 2-24 |
| | | | 112 |
| ЭЦ-1099, Б-31, Ж-44, У-127, Вит.А-3, Вит.С-54, Вит.РР-4, На-3188, К-967, Са-148, Mg-215, P-374, Fe-8 | | | |

50 родительская плата

| | | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--------------------------------------|-----------|
| ЭЦ-163, Б-6, Ж-6, У-22, Вит.С-2, На-450, К-208, Са-158, Mg-21, P-131 | .250 | Суп молочный с макаронными изделиями | 17-33 |
| ЭЦ-202, Б-3, У-47, Вит.РР-1, На-200, К-98, Са-13, Mg-9, P-33, Fe-1 | .31,25/40 | Бутерброд с джемом | 27-95 |
| ЭЦ-57, Б-8, Ж-2, У-17, Вит.С-4, Вит.РР-3, На-17, К-1042, Са-208, Mg-185, P-346, Fe-34 | .200/15 | Чай пакетированный | 4-72 |
| | | | 50 |
| ЭЦ-422, Б-17, Ж-8, У-86, Вит.С-6, Вит.РР-4, На-667, К-1348, Са-379, Mg-215, P-510, Fe-35 | | | |

Руководитель

Зав.производством





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-8, На-2, К-87, Са-4, Mg-6, P-8 | .030 | <i>Нарезка овощная (помидор)</i> | 15-18 |
| ЭЦ-323, Б-15, Ж-21, У-14, Вит.А-6, Вит.В2-1, Вит.С-23, Вит.РР-6, На-91, К-260, Са-29, Mg-23, P-258, Fe-5 | .098/30 | <i>Запеканка из печени с рисом, соусом</i> | 71-80 |
| ЭЦ-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, На-1451, К-917, Са-64, Mg-40, P-119, Fe-2 | .180 | <i>Картофельное пюре</i> | 23-02 |
| ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90 | .200 | <i>Какао с молоком</i> | 16-39 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1к/31,25г | <i>Хлеб витаминный</i> | 2-61 |
| ЭЦ-693, Б-23, Ж-33, У-72, Вит.А-6, Вит.В2-1, Вит.С-63, Вит.РР-8, На-1594, К-1411, Са-217, Mg-83, P-475, Fe-7 | | | 129 |

ОВЗ завтрак 5-11 класс

| | | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------|-------|
| ЭЦ-163, Б-6, Ж-6, У-22, Вит.С-2, На-450, К-208, Са-158, Mg-21, P-131 | .250 | <i>Суп молочный с макаронными изделиями</i> | 17-33 |
| ЭЦ-202, Б-3, У-47, Вит.РР-1, На-200, К-98, Са-13, Mg-9, P-33, Fe-1 | .31,25/32 | <i>Бутерброд с джемом</i> | 23-41 |
| ЭЦ-57, Б-8, Ж-2, У-17, Вит.С-4, Вит.РР-3, На-17, К-1042, Са-208, Mg-185, P-346, Fe-34 | .200/15 | <i>Чай пакетированный</i> | 4-72 |
| ЭЦ-179, Б-5, Ж-5, У-30, Вит.РР-1, На-194, К-63, Са-12, Mg-8, P-48, Fe-1 | .075 | <i>Ватрушка с творогом</i> | 22-26 |
| ЭЦ-601, Б-22, Ж-13, У-116, Вит.С-6, Вит.РР-5, На-861, К-1411, Са-391, Mg-223, P-558, Fe-36 | | | |

ОВЗ обед 5-11 класс

| | | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|--------------------------------------------|-------|
| ЭЦ-223, Б-10, Ж-12, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-993, К-469, Са-25, Mg-26, P-64, Fe-1 | .250/27 | <i>Суп рыбный с картоф. и крупой</i> | 39-28 |
| ЭЦ-7, У-1, Вит.С-8, На-2, К-87, Са-4, Mg-6, P-8 | .030 | <i>Нарезка овощная (помидор)</i> | 15-18 |
| ЭЦ-323, Б-15, Ж-21, У-14, Вит.А-6, Вит.В2-1, Вит.С-23, Вит.РР-6, На-91, К-260, Са-29, Mg-23, P-258, Fe-5 | .098/30 | <i>Запеканка из печени с рисом, соусом</i> | 71-80 |
| ЭЦ-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, На-1451, К-917, Са-64, Mg-40, P-119, Fe-2 | .180 | <i>Картофельное пюре</i> | 23-02 |
| ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90 | .200 | <i>Какао с молоком</i> | 16-39 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1к/31,25г | <i>Хлеб витаминный 1 кус.</i> | 2-61 |
| ЭЦ-916, Б-33, Ж-45, У-89, Вит.А-7, Вит.В2-1, Вит.С-80, Вит.РР-9, На-2587, К-1880, Са-242, Mg-109, P-539, Fe-8 | | | 236 |

Руководитель

Зав. производством



