Меню Школа № 9 1-4 класс

| эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), | P | YY | Стоимост |
|---|-----------------------|----------------------------------|---------------------|
| углеводы (г), витамины (мг), | Выход | Наименование блюда | ь питания |
| | OB3 1 | -4 класс | |
| Ц-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, | 31.25/20/10 | Бутерброд с сыром и маслом сл. | 40-16 |
| -134, Fe-1 ।Ц-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, | .200/10 | Каша пшенная с маслом сливочным | 29-27 |
| :a-123, Mg-14, P-91 IЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1 | .200/15 | Чай с сахаром | 3-89 |
| Ц-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, | 0.200 | Сок Фруктовый | 28-68 |
| :-740, Ca-200, Mg-100, P-180, Fe-2 9Ц-77, Б-1, Ж-6, У-5, Вит.С-17, Na-470, K-88, Ca-25, | | ** | 15-58 |
| 1g-8, Р-19 IЦ-102, Б-2, Ж-6, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, | All to be better | Салат Здоровье | |
| la-792, K-285, Ca-43, Mg-20, P-47, Fe-1 9Ц-410, Б-9, Ж-28, У-3, Вит.С-3, Na-3, K-60, Ca-4, | .200/10 | Борщ из св. капусты со сметаной | 17-46 |
| lg-4, P-11 | .050/50 | Гуляш из свинины | 67-20 |
| 'Ц-291, Б-9, Ж-7, У-46, Вит.РР-1, Na-610, К-285, a-21, Mg-150, Р-225, Fe-5 | .157 | Каша гречневая рассыпчатая | 15-86 |
| LL-57, Y-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1 | .200/15 | Чай с сахаром | 3-89 |
| Н27, Б-1, У-6 Н1609, Б-39, Ж-66, У-187, Вит.А-13001, | 1κ/31,25г | Хлеб витаминный | 3-01 225 |
| Вит.С-78, Вит.РР-4, Na-2698, K-1714, Ca-634, Ид-320, Р-723, Fe-11 | 134 141 | | 225 |
| | асс (без соде | рэжания коровьего белка <u>)</u> | |
| РЦ-195, Б-10, Ж-14, У-7, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-4, | 0.062/50 | Суфле из филе птицы с соусом | 53-81 |
| la-280, K-140, Ca-40, Mg-16, P-106, Fe-1 lЦ-216, Б-5, Ж-5, У-37, Вит.РР-1, Na-2034, K-66, | .150 | Макаронные изделия отварные | 16-50 |
| а-30, Mg-10, P-51, Fe-1 Ц-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, | 0.200 | Сок Фруктовый Ікор | 28-68 |
| -740, Ca-200, Mg-100, P-180, Fe-2 Ц-27, Б-1, У-6 | .1ĸ/31,252 | Хлеб витаминный | 3-01 |
| ц-27, Б-1, У-6 Ц-97, Б-1, Ж-8, У-6, Вит.С-21, Na-596, К-111, Ca-31, | .076 | | 3-01 19-74 |
| lg-10, Р-24 Ц-102, Б-2, Ж-6, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, | Tare to a six a | Салат Здоровье | |
| a-792, K-285, Ca-43, Mg-20, P-47, Fe-1 Ц-410, Б-9, Ж-28, У-3, Вит.С-3, Na-3, K-60, Ca-4, | .200 | Борщ из св. капусты | 13-30 |
| lg-4, P-11 Ц-291, Б-9, Ж-7, У-46, Вит.РР-1, Na-610, K-285, | .050/50 | Гуляш из свинины | 67-20 |
| a-21, Mg-150, P-225, Fe-5 | .157 | Каша гречневая рассыпчатая | 15-86 |
| :Ц-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1 :Ц-27, Б-1, У-6 | .200/15 .1ĸ/31,25г | Чай с сахаром Хлеб витаминный | 3-89 3-01 |
| 0Ц-1514, Б-38, Ж-68, У-160, Вит.А-13002, | 11031,232 | Алео витаминный | 225 |
| ит.C-83, Вит.PP-9, Na-4336, K-1712, Ca-374, лд-314, P-652, Fe-11 | 12 18 | | |
| 3 - 11 - 3 - 2 1 - 3 - 3 - 3 - 3 - 3 - 3 - 3 - 3 - 3 - | 1-4 | класс | |
| Ц-77, Б-1, Ж-6, У-5, Вит.С-17, Na-470, K-88, Ca-25, | .060 | | 15-58 |
| lg-8, Р-19 Ц-102, Б-2, Ж-6, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, | | Салат Здоровье | |
| a-792, K-285, Ca-43, Mg-20, P-47, Fe-1 Ц-410, Б-9, Ж-28, У-3, Вит.С-3, Na-3, K-60, Ca-4, | .200/10 | Борщ из св. капусты со сметаной | 17-46 |
| ід-4, Р-11 ІЦ-291, Б-9, Ж-7, У-46, Вит.РР-1, Na-610, К-285, | .050/50 | Гуляш из свинины | 67-20 |
| Ca-21, Mg-150, P-225, Fe-5 | .157 | Каша гречневая рассыпчатая | 15-86 |
| 9L-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1 | | Чай с сахаром | 3-89 |
| 0Ц-27, Б-1, У-6 9Ц-964, Б-22, Ж-47, У-86, Вит.А-1, Вит.С-37, | 1ĸ/31,25г | Хлеб витаминный | 3- <i>01</i> 123 |
| Вит.PP-2, Na-1876, K-743, Ca-98, Mg-186, 2-310, Fe-7 | 1 1 10 | | 123 |
| | 60 родител | <u>ыская плата</u> | |
| ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, | .31,25./20 | Бутерброд с сыром | 26-84 |
| ?-134, Fe-1 РЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, K-146, | .200/10 | | 29-27 |
| Ca-123, Mg-14, P-91 9U-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1 | .200/10 | Каша пшенная с маслом сливочным | 3-89 |
| ЭЦ-553, Б-17, Ж-19, У-78, Вит.С-1, Na-802, | 200/13 | Чай с сахаром | 60 |
| (-231, Ca-336, Mg-34, P-233, Fe-2 | | | 50 |

Руководитель

Зав производством.

Меню Школа № 9 5-11 класс

| эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), | Выход | Наименование блюда | Стоимост ь питания |
|--|-------------|--|-----------------------|
| | OB3 5- | ·11 класс | |
| ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Ca-208, Mg-16, Р-134, Fe-1 | .31,25/20/ | Бутерброд с сыром и маслом сл. | 40-16 |
| ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, Na-546, К-182, Са-154, Mg-18, Р-114 | .250/5 | Каша пшенная с маслом сливочным | 24-48 |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Ca-5, Mg-4, Р-8, Fe-1 | .200/15 | Чай с сахаром | 3-89 |
| ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, <-740, Ca-200, Mg-100, P-180, Fe-2 | 0.200 | Сок Фруктовый 1кор | 28-68 |
| ЭЦ-127, Б-2, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-991, K-356, Ca-54, Mg-25, P-58, Fe-1 | .250/10 | Борщ из св. капусты со сметано | 20-79 |
| ЭЦ-315, Б-15, Ж-23, У-12, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-6, Na-451, K-226, Ca-65, Mg-25, Р-170, Fe-2 | 0.100/50 | Суфле из филе птицы с соусом | 86-17 |
| ЭЦ-296, Б-8, Ж-7, У-50, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-2784, К-108, Ca-44, Mg-17, Р-80, Fe-1 | .200/20 | Макаронные изделия отварные с | 37-75 |
| ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Ca-32, Mg-21, Р-29, Fe-1 | .200 | Компот из урюка | 14-07 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1k/31,25e | Хлеб витаминный | 3-01 |
| ЭЦ-1615, Б-46, Ж-59, У-225, Вит.А-13003, Вит.С-69, Вит.РР-11, Na-5161, К-1732, Са-762, Mg-226, Р-773, Fe-9 | 10 | | 259 |
| | <u>5-11</u> | класс | |
| ЭЦ-315, Б-15, Ж-23, У-12, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-6, Na-451, K-226, Ca-65, Mg-25, Р-170, Fe-2 | 0.100/50 | Суфле из филе птицы с соусом | 86-17 |
| ЭЦ-296, Б-8, Ж-7, У-50, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-2784, К-108, Ca-44, Mg-17, Р-80, Fe-1 | .200/20 | Макаронные изделия отварные с зел.горошком консерв. | 37-75 |
| ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.PP-1, Na-4, K-35, Ca-32, Mg-21, P-29, Fe-1 | .200 | Компот из урюка | 14-07 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1ĸ/31,25z | Хлеб витаминный | 3-01 |
| ЭЦ-761, Б-25, Ж-30, У-99, Вит.А-2, Вит.С-6, Вит.РР-8, Na-3239, К-369, Са-141, Mg-63, Р-279, Fe-4 | 1 | NED P | 141 |

Руководитель

Зав.производством