

Меню Школа №9 1-4 класс

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

OB3 1-4 класс (без содержания коровьего белка)

| | | | |
|--|------------|---------------------------------------|-------|
| ЭЦ-252, Б-12, Ж-18, У-10, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-5, Na-361, K-180, Ca-52, Mg-20, P-136, Fe-1 | 0.080/50 | Суфле из филе птицы с соусом | 75-24 |
| ЭЦ-216, Б-5, Ж-5, У-37, Вит.РР-1, Na-2034, K-66, Ca-30, Mg-10, P-51, Fe-1 | .150 | Макаронные изделия отварные | 17-75 |
| ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4 | .200 | Напиток Витошка | 12 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1к/31,25г | Хлеб витаминный | 3-01 |
| ЭЦ-28, Б-1, Ж-1, У-5, Вит.С-5, Na-32, K-156, Ca-20, Mg-12, P-23, Fe-1 | .060 | Свекла отварная с маслом растительным | 7-06 |
| ЭЦ-130, Б-4, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-585, K-277, Ca-43, Mg-20, P-65, Fe-1 | .200/13 | Щи из св. капусты с тушенкой | 17-39 |
| ЭЦ-457, Б-19, Ж-24, У-41, Вит.А-5, Вит.С-4, Вит.РР-5, Na-78, K-442, Ca-42, Mg-68, P-246, Fe-2 | .050/150 | Плов по - узбекски | 86-44 |
| ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1 | 0.200 | Компот из яблок | 16-10 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1к/31,25г | Хлеб витаминный | 3-01 |
| ЭЦ-1305, Б-43, Ж-57, У-155, Вит.А-7, Вит.С-71, Вит.РР-17, Na-3102, K-1248, Ca-195, Mg-134, P-526, Fe-7 | | | 238 |

1-4 класс

| | | | |
|---|------------|--|-------|
| ЭЦ-28, Б-1, Ж-1, У-5, Вит.С-5, Na-32, K-156, Ca-20, Mg-12, P-23, Fe-1 | .060 | Свекла отварная с маслом растительным | 7-06 |
| ЭЦ-130, Б-4, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-1, Na-575, K-248, Ca-40, Mg-17, P-41, Fe-1 | .200/10/6 | Щи из св. капусты с тушенкой, сметаной | 17-39 |
| ЭЦ-457, Б-19, Ж-24, У-41, Вит.А-5, Вит.С-4, Вит.РР-5, Na-78, K-442, Ca-42, Mg-68, P-246, Fe-2 | .050/150 | Плов по - узбекски | 86-44 |
| ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1 | 0.200 | Компот из яблок | 16-10 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1к/31,25г | Хлеб витаминный | 3-01 |
| ЭЦ-776, Б-25, Ж-34, У-93, Вит.А-6, Вит.С-40, Вит.РР-6, Na-697, K-973, Ca-110, Mg-101, P-315, Fe-5 | | | 130 |

OB3 1-4 класс

| | | | |
|---|------------|--|-------|
| ЭЦ-291, Б-9, Ж-9, У-44, Вит.С-1, Na-437, K-145, Ca-123, Mg-14, P-90 | .200/10 | Каша пшеничная с маслом сливочным | 34-78 |
| ЭЦ-138, Б-3, Ж-6, У-18, Na-146, K-34, Ca-7, Mg-4, P-24 | .031,25/1/ | Бутерброд с маслом сливочным, джемом | 40-28 |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1 | .200/15 | Чай с сахаром | 4-26 |
| ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, K-740, Ca-200, Mg-100, P-180, Fe-2 | 0.200 | Сок Фруктовый | 28-68 |
| ЭЦ-28, Б-1, Ж-1, У-5, Вит.С-5, Na-32, K-156, Ca-20, Mg-12, P-23, Fe-1 | .060 | Свекла отварная с маслом растительным | 7-06 |
| ЭЦ-130, Б-4, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-1, Na-575, K-248, Ca-40, Mg-17, P-41, Fe-1 | .200/10/6 | Щи из св. капусты с тушенкой, сметаной | 17-39 |
| ЭЦ-457, Б-19, Ж-24, У-41, Вит.А-5, Вит.С-4, Вит.РР-5, Na-78, K-442, Ca-42, Mg-68, P-246, Fe-2 | .050/150 | Плов по - узбекски | 86-44 |
| ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1 | 0.200 | Компот из яблок | 16-10 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1к/31,25г | Хлеб витаминный | 3-01 |
| ЭЦ-1354, Б-37, Ж-49, У-193, Вит.А-13006, Вит.С-81, Вит.РР-8, Na-1301, K-1917, Ca-445, Mg-223, P-617, Fe-8 | | | 238 |

60 родительская плата

| | | | |
|--|-----------|-----------------------------------|-------|
| ЭЦ-141, Б-3, Ж-1, У-31, Вит.РР-1, Na-146, K-62, Ca-8, Mg-6, P-26, Fe-1 | .031,5/24 | Бутерброд с джемом | 20-96 |
| ЭЦ-291, Б-9, Ж-9, У-44, Вит.С-1, Na-437, K-145, Ca-123, Mg-14, P-90 | .200/10 | Каша пшеничная с маслом сливочным | 34-78 |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1 | .200/15 | Чай с сахаром | 4-26 |
| ЭЦ-489, Б-12, Ж-10, У-90, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-584, K-232, Ca-136, Mg-24, P-124, Fe-2 | | | 60 |

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 |
|---|------------|---|-------------------|
| <u>5-11 класс</u> | | | |
| ЭЦ-81, Б-1, Ж-8, У-2, Вит.С-8, На-61, К-108, Са-13, Mg-9, Р-23 | .056 | <i>Салат из св. помидоров, огурцов</i> | 20-92 |
| ЭЦ-299, Б-15, Ж-22, У-11, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-5, На-429, К-214, Са-62, Mg-24, Р-162, Fe-2 | 0.095/50 | <i>Суфле из филе птицы с соусом</i> | 89-40 |
| ЭЦ-288, Б-7, Ж-7, У-49, Вит.РР-1, На-2712, К-88, Са-40, Mg-13, Р-67, Fe-1 | .200 | <i>Макаронные изделия отварные</i> | 23-67 |
| ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4 | .200 | <i>Напиток Витошка</i> | 12 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1к/31,25г | <i>Хлеб витаминный</i> | 3-01 |
| ЭЦ-729, Б-24, Ж-37, У-77, Вит.А-1, Вит.С-39, Вит.РР-10, На-3202, К-410, Са-115, Mg-46, Р-252, Fe-3 | | | 149 |
| <u>ОВЗ 5-11 класс</u> | | | |
| ЭЦ-141, Б-3, Ж-1, У-31, Вит.РР-1, На-146, К-62, Са-8, Mg-6, Р-26, Fe-1 | .031,5/24 | <i>Бутерброд с джемом</i> | 20-96 |
| ЭЦ-364, Б-11, Ж-11, У-55, Вит.С-2, На-546, К-181, Са-153, Mg-18, Р-113 | .250/14 | <i>Каша пшененная с маслом сливочным</i> | 46-77 |
| ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1 | .200/15 | <i>Чай с сахаром</i> | 4-26 |
| ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, На-20, К-740, Са-200, Mg-100, Р-180, Fe-2 | 0.200 | <i>Сок Фруктовый 1кор</i> | 28-68 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1к/31,25г | <i>Хлеб витаминный</i> | 3-01 |
| ЭЦ-163, Б-5, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, На-719, К-310, Са-50, Mg-21, Р-51, Fe-1 | .250/10/10 | <i>Щи из св. капусты с тушенкой, сметаной</i> | 21-32 |
| ЭЦ-81, Б-1, Ж-8, У-2, Вит.С-8, На-61, К-108, Са-13, Mg-9, Р-23 | .056 | <i>Салат из св. помидоров, огурцо</i> | 20-92 |
| ЭЦ-299, Б-15, Ж-22, У-11, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-5, На-429, К-214, Са-62, Mg-24, Р-162, Fe-2 | 0.095/50 | <i>Суфле из филе птицы с соусом</i> | 89-40 |
| ЭЦ-288, Б-7, Ж-7, У-49, Вит.РР-1, На-2712, К-88, Са-40, Mg-13, Р-67, Fe-1 | .200 | <i>Макаронные изделия отварные</i> | 23-67 |
| ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4 | .200 | <i>Напиток Витошка</i> | 12 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1к/31,25г | <i>Хлеб витаминный</i> | 3-01 |
| ЭЦ-1573, Б-44, Ж-60, У-216, Вит.А-13002, Вит.С-111, Вит.РР-14, На-4634, К-1728, Са-531, Mg-195, Р-630, Fe-8 | | | 274 |

Руководитель

Зав. производством