

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-170, Б-8, Ж-12, У-8, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-24, К-47, Са-8, Mg-6, Р-24	.060/50	Тефтели с соусом	56-15
ЭЦ-216, Б-5, Ж-5, У-37, Вит.РР-1, На-2034, К-66, Са-30, Mg-10, Р-51, Fe-1	.150	Макаронные изделия отварные	20-35
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-2, Вит.С-1, На-1, К-12, Са-1	1 шт.	Мандарин	28-80
ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, На-60, К-60, Са-20, Mg-6, Р-11	.060	Салат из свежей капусты	5-87
ЭЦ-152, Б-4, Ж-8, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-2, На-828, К-436, Са-35, Mg-25, Р-88, Fe-1	.200/15	Рассольник Ленинг. с цыпленком	27-68
ЭЦ-823, Б-18, Ж-47, У-39, Вит.С-52, Вит.РР-3, На-65, К-1370, Са-33, Mg-61, Р-148, Fe-3	.075/200	Жаркое по-домашнему	82-48
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-35, Са-32, Mg-21, Р-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	6-39
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1629, Б-39, Ж-74, У-159, Вит.А-2, Вит.С-79, Вит.РР-8, На-3017, К-2051, Са-164, Mg-133, Р-359, Fe-7			238

1-4 класс

ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, На-60, К-60, Са-20, Mg-6, Р-11	.060	Салат из свежей капусты	5-87
ЭЦ-152, Б-4, Ж-8, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-2, На-828, К-436, Са-35, Mg-25, Р-88, Fe-1	.200/15/10	Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной	32-25
ЭЦ-823, Б-18, Ж-47, У-39, Вит.С-52, Вит.РР-3, На-65, К-1370, Са-33, Mg-61, Р-148, Fe-3	.075/200	Жаркое по-домашнему	82-48
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-35, Са-32, Mg-21, Р-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	6-39
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1157, Б-25, Ж-57, У-93, Вит.А-2, Вит.С-76, Вит.РР-6, На-957, К-1901, Са-120, Mg-113, Р-276, Fe-5			130

OB3 1-4 класс

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, На-437, К-146, Са-123, Mg-14, Р-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	33-91
ЭЦ-141, Б-3, Ж-1, У-31, Вит.РР-1, На-146, К-62, Са-8, Mg-6, Р-26, Fe-1	.031,25/30	Бутерброд с джемом	26-47
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-133, Б-34, К-1, Са-5, Mg-2, Р-2	.1шт	Конфеты "Белочка"	14-56
ЭЦ-2, Вит.С-1, На-1, К-12, Са-1	1 шт.	Мандарин	28-80
ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, На-60, К-60, Са-20, Mg-6, Р-11	.060	Салат из свежей капусты	5-87
ЭЦ-152, Б-4, Ж-8, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-2, На-828, К-436, Са-35, Mg-25, Р-88, Fe-1	.200/15/10	Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной	32-25
ЭЦ-823, Б-18, Ж-47, У-39, Вит.С-52, Вит.РР-3, На-65, К-1370, Са-33, Mg-61, Р-148, Fe-3	.075/200	Жаркое по-домашнему	82-48
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-35, Са-32, Mg-21, Р-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	6-39
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1819, Б-71, Ж-71, У-183, Вит.А-2, Вит.С-78, Вит.РР-7, На-1542, К-2147, Са-262, Mg-139, Р-403, Fe-7			238

60 родительская плата

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, На-437, К-146, Са-123, Mg-14, Р-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	33-91
ЭЦ-141, Б-3, Ж-1, У-31, Вит.РР-1, На-146, К-62, Са-8, Mg-6, Р-26, Fe-1	.031,25/25	Бутерброд с джемом	21-83
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26

Руководитель М.В.
Зав. производством Л.Г.
Л.Г.

Меню Школа № 9 5-11 класс

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

5-11 класс

ЭЦ-269, Б-13, Ж-18, У-13, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-39, K-74, Ca-13, Mg-10, P-37
 ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, K-79, Ca-36, Mg-11, P-61, Fe-1
 ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, K-48, Ca-130, Mg-10, P-90
 ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4
 ЭЦ-27, Б-1, У-6
 ЭЦ-725, Б-26, Ж-28, У-90, Вит.С-31, Вит.РР-7, Na-2728, K-201, Ca-179, Mg-31, P-188, Fe-1

.095/50	<i>Тефтели с соусом</i>	84-28
.180	<i>Макаронные изделия отварные</i>	21-41
.031,25/20	<i>Бутерброд с сыром</i>	28-30
.200	<i>Напиток Витошка</i>	12
.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-01
		149

OB3 5-11 класс

ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, Na-546, K-182, Ca-154, Mg-18, P-114
 ЭЦ-141, Б-3, Ж-1, У-31, Вит.РР-1, Na-146, K-62, Ca-8, Mg-6, P-26, Fe-1
 ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1
 ЭЦ-2, Вит.С-1, Na-1, K-12, Ca-1
 ЭЦ-190, Б-6, Ж-11, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-1035, K-545, Ca-43, Mg-32, P-110, Fe-1
 ЭЦ-269, Б-13, Ж-18, У-13, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-39, K-74, Ca-13, Mg-10, P-37
 ЭЦ-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, K-79, Ca-36, Mg-11, P-61, Fe-1
 ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, K-48, Ca-130, Mg-10, P-90
 ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4
 ЭЦ-27, Б-1, У-6
 ЭЦ-1526, Б-46, Ж-56, У-209, Вит.А-1, Вит.С-51, Вит.РР-10, Na-4457, K-1027, Ca-390, Mg-91, P-446, Fe-4

.250/5	<i>Каша пшеничная с маслом сливочным</i>	27-92
.031,25/30	<i>Бутерброд с джемом</i>	26-47
.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	4-26
1 шт.	<i>Мандарин</i>	28-80
.250/15/10	<i>Рассольник Ленинг. с цыпленком, сметаной</i>	37-55
.095/50	<i>Тефтели с соусом</i>	84-28
.180	<i>Макаронные изделия отварные</i>	21-41
.031,25/20	<i>Бутерброд с сыром</i>	28-30
.200	<i>Напиток Витошка</i>	12
.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-01
		274

Руководитель

Зав. производством