

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-37, Б-1, Ж-2, У-4, Вит.С-11, На-547, К-70, Са-23, Mg-7, P-13	.070	Салат из свежей капусты	5-32
ЭЦ-189, Б-8, Ж-10, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, На-481, К-265, Са-22, Mg-14, P-38, Fe-1	.200/20	Суп карт. с горохом, тушенкой	22-80
ЭЦ-270, Б-15, Ж-20, У-7, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-5, На-3804, К-238, Са-79, Mg-24, P-163, Fe-2	.120	Кнели из филе кур с соусом	51-09
ЭЦ-211, Б-5, Ж-5, У-35, Вит.РР-1, На-2034, К-64, Са-30, Mg-9, P-49, Fe-1	.150	Макаронные изделия отварные	14-17
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-827, Б-32, Ж-37, У-91, Вит.А-2, Вит.С-51, Вит.РР-11, На-7047, К-671, Са-161, Mg-59, P-287, Fe-4			106
ОВЗ завтрак 1-4 класс			
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, На-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	12-80
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, На-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/8	Каша пшеничная с маслом	20-04
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	17-19
ЭЦ-345, Б-7, Ж-6, У-67, Вит.РР-2, На-256, К-144, Са-21, Mg-14, P-70, Fe-1	.100	Ватрушка с джемом	36-59
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-975, Б-27, Ж-29, У-154, Вит.С-2, Вит.РР-2, На-980, К-530, Са-294, Mg-52, P-356, Fe-2			
ОВЗ обед 1-4 класс			
ЭЦ-37, Б-1, Ж-2, У-4, Вит.С-11, На-547, К-70, Са-23, Mg-7, P-13	.070	Салат из свежей капусты	5-32
ЭЦ-189, Б-8, Ж-10, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, На-481, К-265, Са-22, Mg-14, P-38, Fe-1	.200/20	Суп карт. с горохом, тушенкой	22-80
ЭЦ-270, Б-15, Ж-20, У-7, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-5, На-3804, К-238, Са-79, Mg-24, P-163, Fe-2	.120	Кнели из филе кур с соусом	51-09
ЭЦ-211, Б-5, Ж-5, У-35, Вит.РР-1, На-2034, К-64, Са-30, Mg-9, P-49, Fe-1	.150	Макаронные изделия отварные	14-17
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-827, Б-32, Ж-37, У-91, Вит.А-2, Вит.С-51, Вит.РР-11, На-7047, К-671, Са-161, Mg-59, P-287, Fe-4			195
ОВЗ завтрак 1-4 класс (безмолочн.)			
ЭЦ-89, Ж-9, У-2, Вит.С-8, На-4, К-95, Са-7, Mg-7, P-13	.0435	Салат из свежих помидоров	12-78
ЭЦ-410, Б-9, Ж-28, У-3, Вит.С-3, На-3, К-60, Са-4, Mg-4, P-11	.050/50	Гуляш из свинины	54-79
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	15-01
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-920, Б-21, Ж-44, У-82, Вит.С-11, Вит.РР-1, На-772, К-486, Са-43, Mg-163, P-271, Fe-6			
ОВЗ обед 1-4 класс (безмолочн.)			
ЭЦ-37, Б-1, Ж-2, У-4, Вит.С-11, На-547, К-70, Са-23, Mg-7, P-13	.070	Салат из свежей капусты	5-32
ЭЦ-189, Б-8, Ж-10, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, На-481, К-265, Са-22, Mg-14, P-38, Fe-1	.200/20	Суп карт. с горохом, тушенкой	22-80
ЭЦ-270, Б-15, Ж-20, У-7, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-5, На-3804, К-238, Са-79, Mg-24, P-163, Fe-2	.120	Кнели из филе кур с соусом	51-09
ЭЦ-211, Б-5, Ж-5, У-35, Вит.РР-1, На-2034, К-64, Са-30, Mg-9, P-49, Fe-1	.150	Макаронные изделия отварные	14-17
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-827, Б-32, Ж-37, У-91, Вит.А-2, Вит.С-51, Вит.РР-11, На-7047, К-671, Са-161, Mg-59, P-287, Fe-4			195

Руководитель

Зав.производством

10 Января 2023 г.

Меню Школа № 9 5-11 класс

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

5-11 класс

ЭЦ-159, Б-1, Ж-16, У-4, Вит.А-1, Вит.С-14, Na-7, К-171, Са-12, Mg-12, P-23, Fe-1	.078	Салат из свежих помидоров	22-84
ЭЦ-492, Б-11, Ж-34, У-4, Вит.С-4, Na-3, К-72, Са-5, Mg-5, P-13	.060/60	Гуляш из свинины	65-74
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	22-24
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-80
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-1157, Б-28, Ж-60, У-96, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-2, Na-917, К-702, Са-114, Mg-205, P-371, Fe-8			122

ОВЗ завтрак 5-11 класс

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/9	Каша пшеничная с маслом	21-06
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	17-19
ЭЦ-345, Б-7, Ж-6, У-67, Вит.РР-2, Na-256, К-144, Са-21, Mg-14, P-70, Fe-1	.100	Ватрушка с джемом	36-59
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-909, Б-22, Ж-24, У-154, Вит.С-2, Вит.РР-2, Na-924, К-471, Са-271, Mg-47, P-275, Fe-1			

обед 5-11 класс

ЭЦ-159, Б-1, Ж-16, У-4, Вит.А-1, Вит.С-14, Na-7, К-171, Са-12, Mg-12, P-23, Fe-1	.078	Салат из свежих помидоров	22-84
ЭЦ-236, Б-10, Ж-13, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, К-331, Са-27, Mg-18, P-47, Fe-1	.250/20	Суп карт. с горохом, тушенкой	24-78
ЭЦ-492, Б-11, Ж-34, У-4, Вит.С-4, Na-3, К-72, Са-5, Mg-5, P-13	.060/60	Гуляш из свинины	65-74
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	22-24
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-80
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-1393, Б-38, Ж-73, У-119, Вит.А-2, Вит.С-31, Вит.РР-3, Na-1519, К-1033, Са-141, Mg-223, P-418, Fe-9			224-00

Руководитель

Зав. производством



