

Меню Школа № 9

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

1-4 класс

ЭЦ-98, Б-1, Ж-10, У-2, Вит.С-10, Na-5, К-124, Са-11, Mg-10, P-20	.065	Салат из св. огурцов и помидор.	25-39
ЭЦ-418, Б-9, Ж-29, У-4, Вит.С-3, Na-3, К-63, Са-5, Mg-4, P-12	.050/50	Гуляш	55-06
ЭЦ-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, Na-583, К-272, Са-20, Mg-143, P-215, Fe-5	.150	Каша гречневая рассыпчатая	19-35
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-16
ЭЦ-937, Б-22, Ж-46, У-83, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-773, К-518, Са-48, Mg-166, P-279, Fe-6			106

ОВЗ завтрак 1-4 класс

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/5	Каша пшеничная с маслом	18-19
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-195, Б-3, Ж-7, У-28, Na-132, К-45, Са-8, Mg-6, P-31	.050	Булочка Дорожная	6-65
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-16
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-740, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый 1кор	26-28
ЭЦ-131, Б-4, Ж-5, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-2, Na-493, К-404, Са-20, Mg-22, P-72, Fe-1	.200/15	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	18-53
ЭЦ-982, Б-22, Ж-30, У-155, Вит.А-13001, Вит.С-55, Вит.РР-4, Na-1313, К-1516, Са-478, Mg-161, P-488, Fe-3			

ОВЗ обед 1-4 класс

ЭЦ-98, Б-1, Ж-10, У-2, Вит.С-10, Na-5, К-124, Са-11, Mg-10, P-20	.065	Салат из св. огурцов и помидор.	25-39
ЭЦ-418, Б-9, Ж-29, У-4, Вит.С-3, Na-3, К-63, Са-5, Mg-4, P-12	.050/50	Гуляш	55-06
ЭЦ-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, Na-583, К-272, Са-20, Mg-143, P-215, Fe-5	.150	Каша гречневая рассыпчатая	19-35
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-16
ЭЦ-937, Б-22, Ж-46, У-83, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-773, К-518, Са-48, Mg-166, P-279, Fe-6			195

ОВЗ завтрак 1-4 класс (безмолочн.)

ЭЦ-201, Б-25, Ж-10, У-4, Вит.А-1, Вит.С-2, Na-1203, К-49, Са-18, Mg-6, P-13	.06622	Рыба припущенная с овощами	68-62
ЭЦ-167, Б-3, Ж-6, У-24, Вит.С-30, Вит.РР-2, Na-42, К-852, Са-15, Mg-35, P-87, Fe-1	.150	Картофель отварной с маслом раст.	14-18
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-16
ЭЦ-511, Б-31, Ж-16, У-61, Вит.А-1, Вит.С-32, Вит.РР-2, Na-1427, К-960, Са-45, Mg-50, P-132, Fe-2			

ОВЗ обед 1-4 класс (безмолочн.)

ЭЦ-98, Б-1, Ж-10, У-2, Вит.С-10, Na-5, К-124, Са-11, Mg-10, P-20	.065	Салат из св. огурцов и помидор.	25-39
ЭЦ-418, Б-9, Ж-29, У-4, Вит.С-3, Na-3, К-63, Са-5, Mg-4, P-12	.050/50	Гуляш	55-06
ЭЦ-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, Na-583, К-272, Са-20, Mg-143, P-215, Fe-5	.150	Каша гречневая рассыпчатая	19-35
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-16
ЭЦ-937, Б-22, Ж-46, У-83, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-773, К-518, Са-48, Mg-166, P-279, Fe-6			195

Руководитель

Зав.производством

27 Января 2023 г.

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-467, Б-41, Ж-33, У-1, На-775, К-17, Са-83, Mg-6, P-50	.075	Рыба запеченая с сыром	67-80
ЭЦ-211, Б-6, Ж-7, У-30, Вит.С-37, Вит.РР-2, На-1667, К-976, Са-76, Mg-53, P-156, Fe-2	.180/24	Картофельное пюре с зеленым горошком	34-85
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-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-16
ЭЦ-913, Б-53, Ж-45, У-74, Вит.С-38, Вит.РР-2, На-2673, К-1174, Са-286, Mg-78, P-320, Fe-2			122

ОВЗ завтрак 5-11 класс

ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, На-546, К-182, Са-154, Mg-18, P-114	.250/10	Каша пшеничная с маслом	25-67
ЭЦ-91, У-24, К-1	.200	Компот из винограда	16-48
ЭЦ-195, Б-3, Ж-7, У-28, На-132, К-45, Са-8, Mg-6, P-31	.050	Булочка Дорожная	6-65
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-16
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-875, Б-17, Ж-23, У-148, Вит.А-13000, Вит.С-42, Вит.РР-2, На-879, К-1002, Са-369, Mg-129, P-349, Fe-2			

ОВЗ обед 5-11 класс

ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, На-616, К-505, Са-26, Mg-27, P-89, Fe-1	.250/20	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	24-76
ЭЦ-467, Б-41, Ж-33, У-1, На-775, К-17, Са-83, Mg-6, P-50	.075	Рыба запеченая с сыром	67-80
ЭЦ-211, Б-6, Ж-7, У-30, Вит.С-37, Вит.РР-2, На-1667, К-976, Са-76, Mg-53, P-156, Fe-2	.180/24	Картофельное пюре с зеленым горошком	34-85
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-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-16
ЭЦ-1077, Б-59, Ж-51, У-95, Вит.А-1, Вит.С-55, Вит.РР-4, На-3289, К-1679, Са-312, Mg-105, P-409, Fe-3			224

Руководитель

Зав.производством

