

Меню Школа № 9

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

1-4 класс

| | | | |
|--|------------|-----------------------------|------------|
| ЭЦ-77, Б-1, Ж-6, У-5, Вит.С-17, На-470, К-88, Са-25, Mg-8, P-19 | .060 | Салат "Здоровье" | 10-94 |
| ЭЦ-107, Б-4, Ж-4, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, На-795, К-375, Са-20, Mg-20, P-51, Fe-1 | .200/10 | Суп картоф. с крупой, рыбой | 16-78 |
| ЭЦ-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5, На-52, К-1096, Са-27, Mg-48, P-118, Fe-2 | .050/150 | Жаркое по-домашнему | 65-15 |
| ЭЦ-76, У-20, К-1 | .200 | Напиток из шиповника | 10-75 |
| 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 |
| | | | 106 |

ОВЗ завтрак 1-4 класс

| | | | |
|--|------------|---------------------------|-------|
| ЭЦ-186, Б-12, Ж-15, У-2, На-309, К-162, Са-85, Mg-14, P-190, Fe-2 | .118 | Омлет натуральный | 34-15 |
| 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-24, Б-1, Ж-1, У-2, Вит.С-1, На-21, К-61, Са-50, Mg-6, P-38 | .1кор. | Молоко витаминизированное | 30 |
| ЭЦ-355, Б-8, Ж-13, У-50, Вит.РР-1, На-263, К-123, Са-43, Mg-14, P-87, Fe-1 | .100 | Ватрушка со сметаной | 18-43 |
| ЭЦ-708, Б-24, Ж-29, У-87, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-775, К-405, Са-190, Mg-43, P-347, Fe-4 | | | |

ОВЗ обед 1-4 класс

| | | | |
|--|------------|-----------------------------|---------------|
| ЭЦ-77, Б-1, Ж-6, У-5, Вит.С-17, На-470, К-88, Са-25, Mg-8, P-19 | .060 | Салат "Здоровье" | 10-94 |
| ЭЦ-107, Б-4, Ж-4, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, На-795, К-375, Са-20, Mg-20, P-51, Fe-1 | .200/10 | Суп картоф. с крупой, рыбой | 16-78 |
| ЭЦ-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5, На-52, К-1096, Са-27, Mg-48, P-118, Fe-2 | .050/150 | Жаркое по-домашнему | 65-15 |
| ЭЦ-76, У-20, К-1 | .200 | Напиток из шиповника | 10-75 |
| 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 |
| | | | 195-00 |

Родительская плата 1-4 класс

| | | | |
|---|------------|------------------------|-----------|
| ЭЦ-266, Б-14, Ж-22, У-2, Вит.С-1, На-985, К-173, Са-231, Mg-21, P-262, Fe-2 | .123 | Омлет с сыром | 43-58 |
| 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-409, Б-17, Ж-22, У-35, Вит.С-1, На-1167, К-232, Са-243, Mg-30, P-294, Fe-3 | | | |
| | | | 50 |

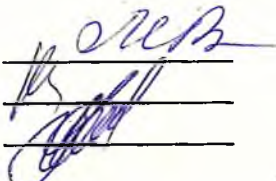
ОВЗ завтрак 1-4 класс (безмолочн.)

| | | | |
|---|------------|---------------------------|-------|
| ЭЦ-227, Б-11, Ж-15, У-11, Вит.С-3, Вит.РР-2, На-33, К-62, Са-11, Mg-8, P-31 | .080/50 | Тефтели с рисом с соусом | 50-38 |
| ЭЦ-239, Б-4, Ж-7, У-40, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-594, К-83, Са-16, Mg-31, P-92, Fe-1 | .154 | Рис припущенный с овощами | 15-02 |
| ЭЦ-95, Б-1, У-24, Вит.С-3, На-9, К-180, Са-11, Mg-6, P-11 | .200 | Напиток из сока | 21-22 |
| 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-647, Б-19, Ж-22, У-93, Вит.С-7, Вит.РР-3, На-817, К-359, Са-45, Mg-50, P-158, Fe-1 | | | |

Обед

| | | | |
|--|------------|-----------------------------|---------------|
| ЭЦ-77, Б-1, Ж-6, У-5, Вит.С-17, На-470, К-88, Са-25, Mg-8, P-19 | .060 | Салат "Здоровье" | 10-94 |
| ЭЦ-107, Б-4, Ж-4, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, На-795, К-375, Са-20, Mg-20, P-51, Fe-1 | .200/10 | Суп картоф. с крупой, рыбой | 16-78 |
| ЭЦ-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5, На-52, К-1096, Са-27, Mg-48, P-118, Fe-2 | .050/150 | Жаркое по-домашнему | 65-15 |
| ЭЦ-76, У-20, К-1 | .200 | Напиток из шиповника | 10-75 |
| 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 |
| | | | 195-00 |

Руководитель
Зав. производством



Меню Школа № 9 5-11 класс

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

5-11 класс

| | | | |
|--|------------|---------------------------------|------------|
| ЭЦ-72, Б-1, Ж-7, У-2, Вит.С-7, Na-55, К-97, Са-12, Mg-8, P-21 | .050 | Салат из св. помидоров, огурцов | 17-79 |
| ЭЦ-283, Б-14, Ж-19, У-14, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-41, К-78, Са-14, Mg-10, P-39 | .100/50 | Тефтели с рисом и с соусом | 62-62 |
| ЭЦ-253, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, К-77, Са-36, Mg-11, P-59, Fe-1 | .180 | Макаронные изделия отварные | 17-99 |
| ЭЦ-95, Б-1, У-24, Вит.С-3, Na-9, К-180, Са-11, Mg-6, P-11 | .200 | Напиток из сока | 21-22 |
| 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 |
| | | | 122 |

ОВЗ завтрак 5-11 класс

| | | | |
|---|------------|------------------------|-------|
| ЭЦ-186, Б-12, Ж-15, У-2, Na-309, К-162, Са-85, Mg-14, P-190, Fe-2 | .118 | Омлет натуральный | 34-15 |
| 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 витаминный 1 кус. | 2-38 |
| 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-320, Б-7, Ж-12, У-45, Вит.РР-1, Na-236, К-111, Са-39, Mg-12, P-79, Fe-1 | .090 | Ватрушка со сметаной | 16-36 |
| ЭЦ-741, Б-22, Ж-27, У-103, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-3, Na-747, К-1072, Са-336, Mg-135, P-481, Fe-6 | | | |

ОВЗ обед 5-11 класс

| | | | |
|--|------------|--------------------------------------|---------------|
| ЭЦ-72, Б-1, Ж-7, У-2, Вит.С-7, Na-55, К-97, Са-12, Mg-8, P-21 | .050 | Салат из св. помидоров, огурцов № 20 | 17-79 |
| ЭЦ-134, Б-5, Ж-4, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-993, К-469, Са-25, Mg-26, P-64, Fe-1 | .250/10 | Суп картоф. с крупой, рыбой | 18-79 |
| ЭЦ-283, Б-14, Ж-19, У-14, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-41, К-78, Са-14, Mg-10, P-39 | .100/50 | Тефтели с рисом и с соусом | 62-62 |
| ЭЦ-253, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, К-77, Са-36, Mg-11, P-59, Fe-1 | .180 | Макаронные изделия отварные | 17-99 |
| ЭЦ-95, Б-1, У-24, Вит.С-3, Na-9, К-180, Са-11, Mg-6, P-11 | .200 | Напиток из сока | 21-22 |
| 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-923, Б-30, Ж-36, У-118, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-4, Na-3720, К-935, Са-105, Mg-66, P-218, Fe-2 | | | 224-00 |

Руководитель

Зав. производством