

Меню Школа № 9

| эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), | Выход | Наименование блюда | Стоимость питания |
|--|------------|---|-------------------|
| <u>1-4 класс обед</u> | | | |
| ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, На-469, К-60, Са-20, Mg-6, P-11 | .060 | Салат из свежей капусты | 4-60 |
| 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 | .200/10 | Суп карт. с горохом, тушенкой | 14-90 |
| 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 | 15 |
| ЭЦ-287, Б-14, Ж-18, У-19, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-2, На-2689, К-143, Са-46, Mg-15, P-51, Fe-1 | .090/50 | Тефтели с соусом | 58-88 |
| 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-839, Б-31, Ж-35, У-102, Вит.А-2, Вит.С-52, Вит.РР-8, На-5854, К-566, Са-125, Mg-49, P-173, Fe-3 | | | 106 |
| <u>ОВЗ завтрак 1-4 класс</u> | | | |
| ЭЦ-296, Б-8, Ж-12, У-40, Вит.С-1, На-393, К-131, Са-111, Mg-13, P-82 | .180/12 | Каша пшеница с маслом сливочным | 23-76 |
| ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1 | .200/15 | Чай с сахаром | 4-04 |
| ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, На-1, К-2, Са-2, P-3 | .31,25/15 | Бутерброд с маслом сливочным | 18-38 |
| ЭЦ-119, Б-4, У-24 | шт | Вафли "Боярушка" | 16-54 |
| 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-703, Б-13, Ж-24, У-108, Вит.А-13000, Вит.С-41, Вит.РР-2, На-415, К-898, Са-318, Mg-117, P-273, Fe-3 | | | |
| <u>ОВЗ обед 1-4 класс</u> | | | |
| ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, На-469, К-60, Са-20, Mg-6, P-11 | .060 | Салат из свежей капусты | 4-60 |
| 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 | .200/10 | Суп карт. с горохом, тушенкой | 14-90 |
| 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 | 15 |
| ЭЦ-287, Б-14, Ж-18, У-19, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-2, На-2689, К-143, Са-46, Mg-15, P-51, Fe-1 | .090/50 | Тефтели с соусом | 58-88 |
| 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-839, Б-31, Ж-35, У-102, Вит.А-2, Вит.С-52, Вит.РР-8, На-5854, К-566, Са-125, Mg-49, P-173, Fe-3 | | | 195 |
| <u>завтрак 1-4 класс</u> | | | |
| ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, На-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91 | .200/12 | Каша пшеница с маслом сливочным(вязкая)№302таб4 | 27-58 |
| ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, На-1, К-2, Са-2, P-3 | .31,25/15 | Бутерброд с маслом сливочным | 18-38 |
| ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1 | .200/15 | Чай с сахаром № 685 | 4-04 |
| ЭЦ-525, Б-10, Ж-25, У-65, Вит.С-1, На-439, К-173, Са-130, Mg-18, P-102, Fe-1 | | | 50 |
| <u>ОВЗ завтрак 1-4 класс (безмолочн.)</u> | | | |
| ЭЦ-98, Ж-10, У-1, Вит.С-4, На-201, К-58, Са-11, Mg-6, P-18 | .051 | Салат из свежих огурцов | 22-29 |
| ЭЦ-457, Б-19, Ж-24, У-41, Вит.А-5, Вит.С-4, Вит.РР-5, На-78, К-442, Са-42, Mg-68, P-246, Fe-2 | .050/150 | Плов по - узбекски | 60-29 |
| 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-698, Б-22, Ж-34, У-75, Вит.А-5, Вит.С-8, Вит.РР-5, На-461, К-559, Са-65, Mg-83, P-296, Fe-3 | | | |
| <u>ОВЗ обед 1-4 класс (безмолочн.)</u> | | | |
| ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, На-469, К-60, Са-20, Mg-6, P-11 | .060 | Салат из свежей капусты | 4-60 |
| 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 | .200/10 | Суп карт. с горохом, тушенкой | 14-90 |
| 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 | 15 |
| ЭЦ-287, Б-14, Ж-18, У-19, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-2, На-2689, К-143, Са-46, Mg-15, P-51, Fe-1 | .090/50 | Тефтели с соусом | 58-88 |
| 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-839, Б-31, Ж-35, У-102, Вит.А-2, Вит.С-52, Вит.РР-8, На-5854, К-566, Са-125, Mg-49, P-173, Fe-3 | | | 106 |

Руководитель

Зав. производством

16 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-916, Б-17, Ж-53, У-58, Вит.А-5, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-24, К-223, Са-41, Mg-61, P-153, Fe-1 | .055/200 | <i>Плов по - узбекски</i> | 78-65 |
| ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90 | .200 | <i>Какао с молоком</i> | 15-39 |
| ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1 | .31,25./24 | <i>Бутерброд с сыром</i> | 25-58 |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24 | .1к/31,25г | <i>Хлеб витаминный 1 кус.</i> | 2-38 |
| ЭЦ-1318, Б-31, Ж-64, У-120, Вит.А-5, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-619, К-464, Са-376, Mg-96, P-401, Fe-2 | | | 122 |

ОВЗ завтрак 5-11 класс

| | | | |
|---|-----------|--|-------|
| ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, Na-546, К-182, Са-154, Mg-18, P-114 | .250/12 | <i>Каша пшеничная с маслом сливочным</i> | 30-61 |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1 | .200/15 | <i>Чай с сахаром</i> | 4-04 |
| ЭЦ-139, Б-1, Ж-12, У-6, Na-1, К-2, Са-2, P-3 | .31,25/15 | <i>Бутерброд с маслом сливочным</i> | 18-38 |
| 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 | <i>Сок Фруктовый 1кор</i> | 26-28 |
| ЭЦ-699, Б-12, Ж-28, У-99, Вит.А-13000, Вит.С-42, Вит.РР-2, Na-568, К-949, Са-361, Mg-122, P-305, Fe-3 | | | |

ОВЗ обед 5-11 класс

| | | | |
|--|------------|--------------------------------------|---------------|
| 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 | .250/15 | <i>Суп карт. с горохом, тушенкой</i> | 22-69 |
| ЭЦ-916, Б-17, Ж-53, У-58, Вит.А-5, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-24, К-223, Са-41, Mg-61, P-153, Fe-1 | .055/200 | <i>Плов по - узбекски</i> | 78-65 |
| ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90 | .200 | <i>Какао с молоком</i> | 15-39 |
| ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1 | .31,25./24 | <i>Бутерброд с сыром</i> | 25-58 |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24 | .1к/31,25г | <i>Хлеб витаминный 1 кус.</i> | 2-38 |
| ЭЦ-1554, Б-41, Ж-77, У-143, Вит.А-6, Вит.С-18, Вит.РР-3, Na-1221, К-795, Са-403, Mg-114, P-448, Fe-3 | | | 224-00 |

Руководитель

Зав. производством

