

Меню Школа № 9

зн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-83, Б-1, Ж-6, У-7, Вит.С-14, На-124, К-123, Са-23, Mg-10, P-20, Fe-1	.060	Салат из свежей капусты с вареной свеклой	5-76
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 и рыбой	20-91
ЭЦ-220, Б-13, Ж-15, У-9, Вит.С-2, Вит.РР-2, На-167, К-73, Са-13, Mg-12, P-43, Fe-1	.053/50	Котлета Школьная с соусом	43-60
ЭЦ-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, На-1451, К-917, Са-64, Mg-40, P-119, Fe-2	.180	Картофельное пюре	25-82
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	7-75
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-16
ЭЦ-806, Б-26, Ж-32, У-105, Вит.А-2, Вит.С-61, Вит.РР-6, На-2722, К-1557, Са-159, Mg-108, P-286, Fe-6			106
<u>ОВЗ завтрак 1-4 класс</u>			
ЭЦ-69, Б-1, У-17, Вит.С-1, На-1, К-12, Са-1	1шт	Яблоко	25-50
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, На-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	1шт	Яйцо отварное	12-80
ЭЦ-318, Б-6, Ж-13, У-45, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-466, К-203, Са-136, Mg-38, P-168, Fe-1	.210/9	Каша рисовая с маслом	31-35
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	.1к31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-16
ЭЦ-688, Б-18, Ж-23, У-105, Вит.С-3, Вит.РР-1, На-754, К-455, Са-287, Mg-62, P-363, Fe-2			
<u>ОВЗ обед 1-4 класс</u>			
ЭЦ-83, Б-1, Ж-6, У-7, Вит.С-14, На-124, К-123, Са-23, Mg-10, P-20, Fe-1	.060	Салат из свежей капусты с вареной свеклой	5-76
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 и рыбой	20-91
ЭЦ-220, Б-13, Ж-15, У-9, Вит.С-2, Вит.РР-2, На-167, К-73, Са-13, Mg-12, P-43, Fe-1	.053/50	Котлета Школьная с соусом	43-60
ЭЦ-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, На-1451, К-917, Са-64, Mg-40, P-119, Fe-2	.180	Картофельное пюре	25-82
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	7-75
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-16
ЭЦ-806, Б-26, Ж-32, У-105, Вит.А-2, Вит.С-61, Вит.РР-6, На-2722, К-1557, Са-159, Mg-108, P-286, Fe-6			195
<u>родительская плата</u>			
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/9	Каша рисовая с маслом	30-65
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	.1к31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-16
ЭЦ-538, Б-12, Ж-17, У-86, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-675, К-374, Са-257, Mg-56, P-274, Fe-1			50
<u>ОВЗ завтрак 1-4 класс (безмолочн.)</u>			
ЭЦ-53, Б-1, Ж-5, У-1, Вит.С-5, На-41, К-71, Са-9, Mg-6, P-15	.037	Салат из св. помидоров, огурцов	15-71
ЭЦ-376, Б-8, Ж-26, У-4, Вит.С-3, На-2, К-57, Са-4, Mg-4, P-10	.045/45	Гуляш	49-44
ЭЦ-233, Б-4, Ж-7, У-39, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-579, К-81, Са-16, Mg-30, P-89, Fe-1	.150	Рис припущенный с овощами	11-23
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-782, Б-16, Ж-38, У-71, Вит.С-37, Вит.РР-5, На-803, К-243, Са-36, Mg-45, P-138, Fe-1			
<u>ОВЗ завтрак 1-4 класс (безмолочн.)</u>			
ЭЦ-252, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, На-2441, К-77, Са-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180/20	Макаронные изделия отварные с кукурузой конс.	25-82
ЭЦ-83, Б-1, Ж-6, У-7, Вит.С-14, На-124, К-123, Са-23, Mg-10, P-20, Fe-1	.060	Салат из свежей капусты с вареной свеклой	5-76
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 и рыбой	20-91
ЭЦ-220, Б-13, Ж-15, У-9, Вит.С-2, Вит.РР-2, На-167, К-73, Са-13, Mg-12, P-43, Fe-1	.053/50	Котлета Школьная с соусом	43-60
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	7-75
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-16
ЭЦ-871, Б-28, Ж-31, У-122, Вит.А-2, Вит.С-30, Вит.РР-5, На-3712, К-717, Са-131, Mg-79, P-226, Fe-5			195

Руководитель

Зав.производством

15 Февраля 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-86, Б-1, Ж-8, У-2, Вит.С-9, Na-66, К-116, Са-14, Mg-10, P-25, Fe-1	.060	Салат из св. помидоров, огурцов	25-22
ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, К-76, Са-6, Mg-5, P-14	.060/60	Гуляш	66-22
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180	Рис припущенный с овощами	17-94
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
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-988, Б-20, Ж-50, У-81, Вит.А-1, Вит.С-43, Вит.РР-5, Na-944, К-323, Са-46, Mg-56, P-170, Fe-2			122

ОВЗ завтрак 5-11 класс

ЭЦ-348, Б-7, Ж-14, У-49, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-510, К-222, Са-149, Mg-42, P-184, Fe-1	.230/10	Каша рисовая с маслом	34-19
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-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-69, Б-1, У-17, Вит.С-1, Na-1, К-12, Са-1	1шт	Яблоко	25-50
ЭЦ-652, Б-14, Ж-19, У-109, Вит.С-4, Вит.РР-1, Na-742, К-415, Са-277, Mg-61, P-298, Fe-1			

ОВЗ обед 5-11 класс

ЭЦ-86, Б-1, Ж-8, У-2, Вит.С-9, Na-66, К-116, Са-14, Mg-10, P-25, Fe-1	.060	Салат из св. помидоров, огурцов	25-22
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 и рыбой	22-96
ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, К-76, Са-6, Mg-5, P-14	.060/60	Гуляш	66-22
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180	Рис припущенный с овощами	17-94
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
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-1122, Б-25, Ж-54, У-98, Вит.А-2, Вит.С-60, Вит.РР-6, Na-1937, К-792, Са-71, Mg-82, P-234, Fe-3			224

Руководитель
Зав. производством

Рубских
[Подпись]