

Меню Школа № 9 1- 4 класс

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

1-4 класс

ЭЦ-73, Б-1, Ж-6, У-4, Вит.А-5, Вит.С-3, Вит.РР-1, На-244, К-108, Са-30, Mg-21, P-30	.060	Морковь отварная с маслом раст.	7-20
ЭЦ-101, Б-2, Ж-6, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-792, К-285, Са-43, Mg-20, P-47, Fe-1	.200/15	Борщ из св. капусты со сметаной	15-45
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	70-05
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-92
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-838, Б-29, Ж-40, У-94, Вит.А-11, Вит.С-25, Вит.РР-7, На-1345, К-1015, Са-242, Mg-128, P-437, Fe-3			106

ОВЗ завтрак 1-4 класс

ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/шт	Йогурт фруктовый	23-89
ЭЦ-255, Б-7, Ж-9, У-36, Вит.С-1, На-393, К-131, Са-111, Mg-13, P-82	.180/10	Каша ячневая с маслом сливочным	21-88
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25./20	Бутерброд с сыром	20-27
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-119, Б-4, У-24	1шт./38гр.	Вафли "Боярушка"	16-54
ЭЦ-784, Б-26, Ж-19, У-126, Вит.С-1, На-939, К-250, Са-331, Mg-38, P-248, Fe-2			

ОВЗ обед 1-4 класс

ЭЦ-73, Б-1, Ж-6, У-4, Вит.А-5, Вит.С-3, Вит.РР-1, На-244, К-108, Са-30, Mg-21, P-30	.060	Морковь отварная с маслом раст.	7-20
ЭЦ-101, Б-2, Ж-6, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-792, К-285, Са-43, Mg-20, P-47, Fe-1	.200/15	Борщ из св. капусты со сметаной	15-45
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	70-05
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-92
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-838, Б-29, Ж-40, У-94, Вит.А-11, Вит.С-25, Вит.РР-7, На-1345, К-1015, Са-242, Mg-128, P-437, Fe-3			195

родительская плата

ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, На-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	23-31
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25./20	Бутерброд с сыром	20-27
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-593, Б-18, Ж-16, У-92, Вит.С-1, На-983, К-264, Са-343, Mg-39, P-257, Fe-2			50

ОВЗ завтрак 1-4 класс (безмолочн.)

ЭЦ-7, У-1, Вит.С-3, На-53, К-74, Са-12, Mg-7, P-13	.029	Нарезка из огурцов конс.	12-06
ЭЦ-297, Б-14, Ж-19, У-13, Вит.А-5, Вит.В2-1, Вит.С-21, Вит.РР-5, На-83, К-239, Са-27, Mg-21, P-237, Fe-4	.090	Запеканка из печени с рисом	56-34
ЭЦ-167, Б-3, Ж-6, У-24, Вит.С-30, Вит.РР-2, На-42, К-852, Са-15, Mg-35, P-87, Fe-1	.150	Картофель отварной с маслом раст.	14-18
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-614, Б-20, Ж-25, У-71, Вит.А-5, Вит.В2-1, Вит.С-54, Вит.РР-7, На-360, К-1224, Са-66, Mg-72, P-369, Fe-6			

ОВЗ обед 1-4 класс (безмолочн.)

ЭЦ-73, Б-1, Ж-6, У-4, Вит.А-5, Вит.С-3, Вит.РР-1, На-244, К-108, Са-30, Mg-21, P-30	.060	Морковь отварная с маслом раст.	7-20
ЭЦ-134, Б-4, Ж-8, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-792, К-284, Са-43, Mg-20, P-46, Fe-1	.200/10	Борщ из св. капусты с тушенкой	17-21
ЭЦ-430, Б-18, Ж-22, У-38, Вит.А-4, Вит.С-4, Вит.РР-5, На-73, К-415, Са-39, Mg-64, P-232, Fe-2	.047/150	Плов по - узбекски	66-82
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 чернослива	12-39
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-846, Б-27, Ж-36, У-102, Вит.А-11, Вит.С-25, Вит.РР-8, На-1294, К-876, Са-151, Mg-131, P-361, Fe-4			195

Руководитель

Зав. производством

Лубских
[подпись]
[подпись]

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-297, Б-14, Ж-19, У-13, Вит.А-5, Вит.В2-1, Вит.С-21, Вит.РР-5, Na-83, К-239, Са-27, Mg-21, P-237, Fe-4	.090/30	Запеканка из печени с рисом, соусом	70-34
ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-912, Са-63, Mg-40, P-118, Fe-2	.180/30	Картофельное пюре, огурец консервиров	37-67
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из чернослива	11-61
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-692, Б-22, Ж-26, У-88, Вит.А-6, Вит.В2-1, Вит.С-53, Вит.РР-8, Na-1719, К-1220, Са-129, Mg-87, P-408, Fe-7			122

ОВЗ завтрак 5-11 класс

ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/шт	Йогурт фруктовый	23-89
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, К-181, Са-154, Mg-18, P-114	.250/12	Каша ячневая с маслом сливочным	28-57
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25./25	Бутерброд с сыром	24-79
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-764, Б-24, Ж-23, У-116, Вит.С-2, Na-1092, К-300, Са-374, Mg-43, P-280, Fe-2			

ОВЗ обед 5-11 класс

ЭЦ-127, Б-2, Ж-7, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-991, К-356, Са-54, Mg-25, P-58, Fe-1	.250/15	Борщ из св. капусты со сметаной	18-33
ЭЦ-297, Б-14, Ж-19, У-13, Вит.А-5, Вит.В2-1, Вит.С-21, Вит.РР-5, Na-83, К-239, Са-27, Mg-21, P-237, Fe-4	.090/30	Запеканка из печени с рисом, соусом	70-34
ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-912, Са-63, Mg-40, P-118, Fe-2	.180/30	Картофельное пюре, огурец консервиров	37-67
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из чернослива	11-61
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-819, Б-24, Ж-33, У-102, Вит.А-7, Вит.В2-1, Вит.С-74, Вит.РР-9, Na-2710, К-1576, Са-183, Mg-112, P-466, Fe-8			224-00

Руководитель

Зав. производством



