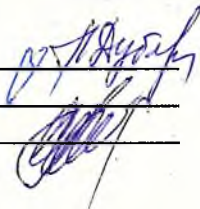


07 Февраля 2023 г.

Меню Школа № 9 1-4 класс

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход	Наименование блюда	Стоимость
			питания
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-69, Б-1, Ж-5, У-5, ВИТ.С-4, Na-183, K-167, Ca-29, Mg-13, P-25, Fe-1, У-7, ВИТ.А-1, ВИТ.С-24, ВИТ.РР-1, Na-575, K-248, Ca-40, Mg-17, P-41, Fe-1, ЭЦ-478, Б-9, Ж-29, У-4, ВИТ.С-3, Na-3, K-63, Ca-5, мг-4, P-12, Б-9, Ж-7, У-44, ВИТ.РР-1, Na-583, K-212, Ca-20, Mg-143, P-215, Fe-5, ЭЦ-34, У-9, ВИТ.С-28, ВИТ.РР-4	.060	Салат из свеклы с р/маслом	5-68
	.200/15	Щи из св.капусты со сметаной	13-73
	.050/50	Гуляш из свинины	54-62
	.150	Каша гречневая рассыпчатая	19-35
	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-1015, Б-26, Ж-50, У-87, ВИТ.А-1, ВИТ.С-59,			106
<u>ОВЗ завтрак 1-4 класс</u>			
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1, ЭЦ-313, Б-8, Ж-12, У-42, ВИТ.С-1, Na-415, K-138, Ca-117, Mg-13, P-87, ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1шт	Яйцо отварно	12-80
	.190/10	Каша пшеничная с маслом	22-29
	.1 кус./15	Бутерброд с маслом шоколадным	20-18
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-100, Б-3, У-20	.100/1шт	Печенье "Школьная шпиргалка"	27-31
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-649, Б-20, Ж-17, У-101, ВИТ.С-1, Na-653, K-			
<u>ОВЗ обед 1-4 класс</u>			
ЭЦ-69, Б-1, Ж-5, У-5, ВИТ.С-4, Na-183, K-167, Ca-29, Mg-13, P-25, Fe-1, У-7, ВИТ.А-1, ВИТ.С-24, ВИТ.РР-1, Na-575, K-248, Ca-40, Mg-17, P-41, Fe-1, ЭЦ-478, Б-9, Ж-29, У-4, ВИТ.С-3, Na-3, K-63, Ca-5, мг-4, P-12, Б-9, Ж-7, У-44, ВИТ.РР-1, Na-583, K-212, Ca-20, Mg-143, P-215, Fe-5, ЭЦ-34, У-9, ВИТ.С-28, ВИТ.РР-4	.060	Салат из свеклы с р/маслом	5-68
	.200/15	Щи из св.капусты со сметаной	13-73
	.050/50	Гуляш из свинины	54-62
	.150	Каша гречневая рассыпчатая	19-35
	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-1015, Б-26, Ж-50, У-87, ВИТ.А-1, ВИТ.С-59,			195
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, ВИТ.С-1, Na-437, K-146, Ca-123, Mg-14, P-91, ЭЦ-27, Б-1, У-6	.200/10	Каша пшеничная с маслом	23-40
	.1 кус./15	Бутерброд с маслом шоколадным	20-18
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-499, Б-13, Ж-13, У-83, ВИТ.С-1, Na-619, K-			50
<u>ОВЗ завтрак 1-4 класс (безмолочн)</u>			
ЭЦ-184, Б-13, Ж-12, У-6, ВИТ.С-1, Na-1477, K-38, Ca-29, Mg-7, P-36, ЭЦ-187, Б-3, Ж-5, У-24, ВИТ.С-30, ВИТ.РР-2, Na-42, K-852, Ca-15, Mg-35, P-87, Fe-1, ЭЦ-98, Б-7, У-24, ВИТ.С-3, Na-9, K-180, Ca-11, мг-6, P-11	.063/50	Суфле Рыбка с соусом	51-22
	.150	Картофель отварной с маслом раст.	14-18
	.200	Напиток из сока	21-22
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-532, Б-20, Ж-18, У-72, ВИТ.С-34, ВИТ.РР-2,			
<u>Обед</u>			
ЭЦ-69, Б-1, Ж-5, У-5, ВИТ.С-4, Na-183, K-167, Ca-29, Mg-13, P-25, Fe-1, У-7, ВИТ.А-1, ВИТ.С-24, ВИТ.РР-1, Na-575, K-248, Ca-40, Mg-17, P-41, Fe-1, ЭЦ-478, Б-9, Ж-29, У-4, ВИТ.С-3, Na-3, K-63, Ca-5, мг-4, P-12, Б-9, Ж-7, У-44, ВИТ.РР-1, Na-583, K-212, Ca-20, Mg-143, P-215, Fe-5, ЭЦ-34, У-9, ВИТ.С-28, ВИТ.РР-4	.060	Салат из свеклы с р/маслом	5-68
	.200/8	Щи из св.капусты с тушенкой	13-73
	.050/50	Гуляш из свинины	54-62
	.150	Каша гречневая рассыпчатая	19-35
	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-1015, Б-26, Ж-50, У-87, ВИТ.А-1, ВИТ.С-59,			195

Руководитель
Зав. производством


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-190, Б-13, Ж-12, У-6, Вит.С-1, На-1524, К-39, Са-29, Mg-7, P-38	.065/50	Суфле Рыбка с соусом	52-88
ЭЦ-208, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-35, Вит.РР-2, На-1613, К-1019, Са-71, Mg-45, P-132, Fe-2	.200	Картофельное пюре	28-69
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	20-86
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 витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-800, Б-31, Ж-30, У-97, Вит.С-37, Вит.РР-2, На-3732, К-1299, Са-435, Mg-87, P-418, Fe-3			122

ОВЗ завтрак 5-11 класс

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, На-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	12-80
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, На-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/7	Каша пшеничная с маслом	20-47
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1 кус./15	Бутерброд с маслом шоколадным	20-18
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-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 Икор	26-28
ЭЦ-163, Б-5, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, На-719, К-310, Са-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/15	Щи из св.капусты со сметаной №	15-85
ЭЦ-820, Б-23, Ж-29, У-115, Вит.А-13001, Вит.С-71, Вит.РР-3, На-1414, К-1314, Са-408, Mg-149, P-435, Fe-5			

ОВЗ обед 5-11 класс

ЭЦ-190, Б-13, Ж-12, У-6, Вит.С-1, На-1524, К-39, Са-29, Mg-7, P-38	.065/50	Суфле Рыбка с соусом	52-88
ЭЦ-208, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-35, Вит.РР-2, На-1613, К-1019, Са-71, Mg-45, P-132, Fe-2	.200	Картофельное пюре	28-69
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	20-86
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 витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-800, Б-31, Ж-30, У-97, Вит.С-37, Вит.РР-2, На-3732, К-1299, Са-435, Mg-87, P-418, Fe-3			224

Руководитель _____
 Зав.производством _____

