

Меню Школа № 9

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<u>1-4 класс</u>			
ЭЦ-69, Б-1, Ж-5, У-5, Вит.С-4, Na-783, К-167, Са-29, Mg-13, P-25, Fe-1	.060	Салат из свеклы с р/маслом	5-68
ЭЦ-130, Б-4, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-1, Na-575, К-248, Са-40, Mg-17, P-41, Fe-1	.200/10/10	Щи из св.капусты с тушенкой, сметаной	18-58
ЭЦ-270, Б-15, Ж-20, У-7, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-5, Na-3804, К-238, Са-79, Mg-24, P-163, Fe-2	.120	Кнели из филе кур с соусом	51-98
ЭЦ-211, Б-5, Ж-5, У-35, Вит.РР-1, Na-2034, К-64, Са-30, Mg-9, P-49, Fe-1	.150	Макаронные изделия отварные	14-84
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	12-76
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-900, Б-28, Ж-39, У-106, Вит.А-2, Вит.С-38, Вит.РР-7, Na-7389, К-878, Са-193, Mg-72, P-307, Fe-6			106

ОВЗ завтрак 1-4 класс

ЭЦ-186, Б-12, Ж-15, У-2, Na-309, К-162, Са-85, Mg-14, P-190, Fe-2	.118/5	Омлет натуральный с маслом сливочным	39-04
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-80
ЭЦ-194, Б-5, Ж-5, У-32, Вит.РР-1, Na-202, К-67, Са-13, Mg-8, P-51, Fe-1	0.080	Булочка Сластина	16-15
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-2, Вит.С-1, Na-1, К-12, Са-1	1 шт.	Мандарин	22-85
ЭЦ-554, Б-22, Ж-22, У-69, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-719, К-373, Са-171, Mg-38, P-318, Fe-4			

ОВЗ обед 1-4 класс

ЭЦ-69, Б-1, Ж-5, У-5, Вит.С-4, Na-783, К-167, Са-29, Mg-13, P-25, Fe-1	.060	Салат из свеклы с р/маслом	5-68
ЭЦ-130, Б-4, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-1, Na-575, К-248, Са-40, Mg-17, P-41, Fe-1	.200/10/10	Щи из св.капусты с тушенкой, сметаной	18-58
ЭЦ-270, Б-15, Ж-20, У-7, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-5, Na-3804, К-238, Са-79, Mg-24, P-163, Fe-2	.120	Кнели из филе кур с соусом	51-98
ЭЦ-211, Б-5, Ж-5, У-35, Вит.РР-1, Na-2034, К-64, Са-30, Mg-9, P-49, Fe-1	.150	Макаронные изделия отварные	14-84
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	12-76
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-900, Б-28, Ж-39, У-106, Вит.А-2, Вит.С-38, Вит.РР-7, Na-7389, К-878, Са-193, Mg-72, P-307, Fe-6			195

родительская плата

ЭЦ-186, Б-12, Ж-15, У-2, Na-309, К-162, Са-85, Mg-14, P-190, Fe-2	.118/5	Омлет натуральный с маслом сливочным	39-04
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-80
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-358, Б-17, Ж-17, У-37, Вит.С-1, Na-516, К-294, Са-157, Mg-30, P-267, Fe-3			50

ОВЗ завтрак 1-4 класс (безмолочн.)

ЭЦ-411, Б-21, Ж-20, У-35, Вит.С-46, Вит.РР-5, Na-57, К-1206, Са-29, Mg-53, P-130, Fe-2	.055/150	Жаркое по-домашнему	74-59
ЭЦ-76, У-20, К-1	.200	Напиток из шиповника	12-03
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-573, Б-24, Ж-20, У-73, Вит.С-46, Вит.РР-5, Na-238, К-1241, Са-36, Mg-58, P-154, Fe-2			

ОВЗ обед 1-4 класс (безмолочн.)

ЭЦ-69, Б-1, Ж-5, У-5, Вит.С-4, Na-783, К-167, Са-29, Mg-13, P-25, Fe-1	.060	Салат из свеклы с р/маслом	5-68
ЭЦ-159, Б-3, Ж-11, У-8, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-1, Na-576, К-253, Са-41, Mg-18, P-42, Fe-1	.200/14	Щи из свежей капусты с тушенкой	18-58
ЭЦ-270, Б-15, Ж-20, У-7, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-5, Na-3804, К-238, Са-79, Mg-24, P-163, Fe-2	.120	Кнели из филе кур с соусом	51-98
ЭЦ-211, Б-5, Ж-5, У-35, Вит.РР-1, Na-2034, К-64, Са-30, Mg-9, P-49, Fe-1	.150	Макаронные изделия отварные	14-84
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	12-76
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-929, Б-27, Ж-41, У-107, Вит.А-2, Вит.С-38, Вит.РР-7, Na-7390, К-883, Са-194, Mg-73, P-308, Fe-6			195

Руководитель

Зав. производством

02 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-115, Ж-12, У-1, Вит.С-5, Na-236, К-69, Са-13, Mg-7, P-21	.060	<i>Салат из свежих огурцов</i>	32-52
ЭЦ-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5, Na-52, К-1096, Са-27, Mg-48, P-118, Fe-2	.050/200	<i>Жаркое по-домашнему</i>	75-07
ЭЦ-76, У-20, К-1	.200	<i>Напиток из шиповника</i>	12-03
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
			<hr/>
ЭЦ-651, Б-22, Ж-30, У-70, Вит.С-47, Вит.РР-5, Na-469, К-1200, Са-47, Mg-60, P-163, Fe-2			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	.118/3	<i>Омлет натуральный с маслом сливочным</i>	36-91
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-194, Б-5, Ж-5, У-32, Вит.РР-1, Na-202, К-67, Са-13, Mg-8, P-51, Fe-1	0.080	<i>Булочка Сладена</i>	16-15
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб народный 1 кус.</i>	2-16
ЭЦ-2, Вит.С-1, Na-1, К-12, Са-1	1 шт.	<i>Мандарин</i>	22-85
ЭЦ-525, Б-20, Ж-20, У-67, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-694, К-300, Са-111, Mg-31, P-273, Fe-4			

ОВЗ обед 5-11 класс

ЭЦ-115, Ж-12, У-1, Вит.С-5, Na-236, К-69, Са-13, Mg-7, P-21	.060	<i>Салат из свежих огурцов</i>	32-52
ЭЦ-163, Б-5, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, Na-719, К-310, Са-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/10/9	<i>Щи из св.капусты с тушенкой, сметаной</i>	19-89
ЭЦ-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5, Na-52, К-1096, Са-27, Mg-48, P-118, Fe-2	.050/200	<i>Жаркое по-домашнему</i>	75-07
ЭЦ-76, У-20, К-1	.200	<i>Напиток из шиповника</i>	12-03
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
			<hr/>
ЭЦ-814, Б-27, Ж-41, У-79, Вит.А-1, Вит.С-77, Вит.РР-6, Na-1188, К-1510, Са-97, Mg-81, P-214, Fe-3			224

Руководитель

Зав.производством