

21 Марта 2023 г.

Меню школа № 9 1-4 класс

эн. цен. (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, Na-244, К-108, Са-30, Mg-21, P-30	.060	Морковь отварная с маслом раст.	7-20
ЭЦ-189, Б-8, Ж-10, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-481, К-265, Са-22, Mg-14, P-38, Fe-1	.200/15	Суп карт. с горохом, тушенкой	18-92
ЭЦ-204, Б-14, Ж-13, У-7, Вит.С-1, Na-1642, К-42, Са-32, Mg-8, P-40	.070/50	Суфле Рыбка с соусом	50-20
ЭЦ-156, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, К-764, Са-53, Mg-34, P-99, Fe-1	.150	Картофельное пюре	19-91
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 сухофруктов	7-39
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-831, Б-30, Ж-35, У-100, Вит.А-7, Вит.С-40, Вит.РР-5, Na-3761, К-1248, Са-176, Mg-103, P-260, Fe-3			106

ОВЗ завтрак 1-4 класс

ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/18	Бутерброд с сыром	18-67
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	24-91
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-275, Б-4, Ж-12, У-38, Вит.РР-1, Na-32, К-63, Са-12, Mg-6, P-36, Fe-1	.060	Песочная Турбинка	15-11
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-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/шт	Йогурт фруктовый	23-89
ЭЦ-983, Б-25, Ж-33, У-147, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-899, К-316, Са-277, Mg-39, P-249, Fe-2			

ОВЗ обед 1-4 класс

ЭЦ-73, Б-1, Ж-6, У-4, Вит.А-5, Вит.С-3, Вит.РР-1, Na-244, К-108, Са-30, Mg-21, P-30	.060	Морковь отварная с маслом раст.	7-20
ЭЦ-189, Б-8, Ж-10, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-481, К-265, Са-22, Mg-14, P-38, Fe-1	.200/15	Суп карт. с горохом, тушенкой	18-92
ЭЦ-204, Б-14, Ж-13, У-7, Вит.С-1, Na-1642, К-42, Са-32, Mg-8, P-40	.070/50	Суфле Рыбка с соусом	50-20
ЭЦ-156, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, К-764, Са-53, Mg-34, P-99, Fe-1	.150	Картофельное пюре	19-91
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 сухофруктов	7-39
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-831, Б-30, Ж-35, У-100, Вит.А-7, Вит.С-40, Вит.РР-5, Na-3761, К-1248, Са-176, Mg-103, P-260, Fe-3			195

родительская плата

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	24-91
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/18	Бутерброд с сыром	18-67
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-608, Б-17, Ж-17, У-95, Вит.С-1, Na-867, К-253, Са-265, Mg-33, P-213, Fe-1			50

ОВЗ завтрак 1-4 класс (безмолочн.)

ЭЦ-26, Ж-2, У-1, Вит.С-5, Na-253, К-47, Са-10, Mg-5, P-15	.043	Салат зеленый с огурцом	17-08
ЭЦ-396, Б-9, Ж-26, У-6, Na-1137, К-3, Са-12, Mg-1, P-5	.055	Шницель н-р	50-50
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	15
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-776, Б-17, Ж-33, У-75, Вит.С-5, Вит.РР-1, Na-3606, К-173, Са-64, Mg-24, P-101, Fe-2			

ОВЗ обед 1-4 класс (безмолочн.)

ЭЦ-73, Б-1, Ж-6, У-4, Вит.А-5, Вит.С-3, Вит.РР-1, Na-244, К-108, Са-30, Mg-21, P-30	.060	Морковь отварная с маслом раст.	7-20
ЭЦ-189, Б-8, Ж-10, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-481, К-265, Са-22, Mg-14, P-38, Fe-1	.200/15	Суп карт. с горохом, тушенкой	18-92
ЭЦ-204, Б-14, Ж-13, У-7, Вит.С-1, Na-1642, К-42, Са-32, Mg-8, P-40	.070/50	Суфле Рыбка с соусом	50-20
ЭЦ-181, Б-3, Ж-6, У-26, Вит.С-32, Вит.РР-2, Na-45, К-920, Са-16, Mg-37, P-94, Fe-1	.162	Картофель отварной с маслом раст.	19-91
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 сухофруктов	7-39
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-856, Б-30, Ж-35, У-104, Вит.А-7, Вит.С-46, Вит.РР-5, Na-2597, К-1404, Са-139, Mg-106, P-255, Fe-3			195

Руководитель

Зав.производством

21 Марта 2023 г.

Меню школы № 9 5-11 класс

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-34, Б-1, Ж-3, У-2, Вит.С-6, Na-329, К-61, Са-13, Mg-6, P-19	.056	<i>Салат зеленый с огурцом</i>	18-16
ЭЦ-504, Б-12, Ж-34, У-8, Na-1448, К-3, Са-15, Mg-1, P-7	.070	<i>Шницель н-р</i>	64-28
ЭЦ-281, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, К-85, Са-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200	<i>Макаронные изделия отварные</i>	19-99
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>	17-19
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-1054, Б-26, Ж-49, У-100, Вит.С-7, Вит.РР-1, Na-4720, К-330, Са-194, Mg-38, P-206, Fe-1			122
<u>ОВЗ завтрак 5-11 класс</u>			
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/25	<i>Бутерброд с сыром</i>	25-92
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	<i>Каша пшеничная с маслом сливочным</i>	24-91
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-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-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/1шт	<i>Йогурт фруктовый</i>	23-89
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>	20-86
ЭЦ-944, Б-31, Ж-34, У-132, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-1469, К-584, Са-292, Mg-51, P-260, Fe-2			102
<u>ОВЗ обед 5-11 класс</u>			
ЭЦ-34, Б-1, Ж-3, У-2, Вит.С-6, Na-329, К-61, Са-13, Mg-6, P-19	.056	<i>Салат зеленый с огурцом</i>	18-16
ЭЦ-504, Б-12, Ж-34, У-8, Na-1448, К-3, Са-15, Mg-1, P-7	.070	<i>Шницель н-р</i>	64-28
ЭЦ-281, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, К-85, Са-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200	<i>Макаронные изделия отварные</i>	19-99
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>	17-19
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-1054, Б-26, Ж-49, У-100, Вит.С-7, Вит.РР-1, Na-4720, К-330, Са-194, Mg-38, P-206, Fe-1			224

Руководитель

Зав.производством


