

Меню Школа № 9 1-4 класс

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

1-4 класс обед

| | | | |
|---|------------|------------------------------|-------|
| ЭЦ-102, Б-1, Ж-9, У-4, Вит.А-2, Вит.С-5, Na-43, К-112, Са-16, Mg-12, P-20, Fe-1 | .060 | Салат Нежный | 12-10 |
| ЭЦ-107, Б-4, Ж-4, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-795, К-375, Са-20, Mg-20, P-51, Fe-1 | .200/15 | Суп картоф. с крупой и рыбой | 16-74 |
| ЭЦ-328, Б-7, Ж-23, У-3, Вит.С-2, Na-2, К-48, Са-4, Mg-3, P-9 | .040/40 | Гуляш | 41-45 |
| ЭЦ-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, Na-583, К-272, Са-20, Mg-143, P-215, Fe-5 | .150 | Каша гречневая рассыпчатая | 19-31 |
| 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 народный 1 кус. | 2-16 |
| ЭЦ-935, Б-24, Ж-43, У-92, Вит.А-3, Вит.С-48, Вит.РР-6, Na-1604, К-841, Са-67, Mg-183, P-319, Fe-7 | | | 102 |

ОВЗ завтрак 1-4 класс

| | | | |
|---|------------|-------------------------------|-------|
| 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 | 23-25 |
| ЭЦ-145, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-231, К-53, Са-9, Mg-7, P-36, Fe-1 | .049/15 | Бутерброд с маслом шоколадным | 20-47 |
| 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 народный 1 кус. | 2-16 |
| ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-740, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2 | 0.200 | Сок Фруктовый 1кор | 26-28 |
| ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1 | .1шт | Яйцо отварное | 12-80 |
| ЭЦ-775, Б-21, Ж-19, У-129, Вит.А-13000, Вит.С-41, Вит.РР-3, Na-926, К-1057, Са-367, Mg-135, P-420, Fe-5 | | | |

ОВЗ обед 1-4 класс

| | | | |
|---|------------|------------------------------|-------|
| ЭЦ-102, Б-1, Ж-9, У-4, Вит.А-2, Вит.С-5, Na-43, К-112, Са-16, Mg-12, P-20, Fe-1 | .060 | Салат Нежный | 12-10 |
| ЭЦ-107, Б-4, Ж-4, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-795, К-375, Са-20, Mg-20, P-51, Fe-1 | .200/15 | Суп картоф. с крупой и рыбой | 16-74 |
| ЭЦ-328, Б-7, Ж-23, У-3, Вит.С-2, Na-2, К-48, Са-4, Mg-3, P-9 | .040/40 | Гуляш | 41-45 |
| ЭЦ-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, Na-583, К-272, Са-20, Mg-143, P-215, Fe-5 | .150 | Каша гречневая рассыпчатая | 19-31 |
| 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 народный 1 кус. | 2-16 |
| ЭЦ-935, Б-24, Ж-43, У-92, Вит.А-3, Вит.С-48, Вит.РР-6, Na-1604, К-841, Са-67, Mg-183, P-319, Fe-7 | | | 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 | 23-25 |
| ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1 | .050/15 | Бутерброд с маслом шоколадным | 20-55 |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1 | .200/15 | Чай с сахаром № 685 | 4-04 |
| 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-620, Б-16, Ж-14, У-106, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-855, К-259, Са-145, Mg-30, P-160, Fe-2 | | | 50 |

ОВЗ завтрак 1-4 класс (безмолочн.)

| | | | |
|---|------------|--|-------|
| ЭЦ-124, Б-1, Ж-12, У-3, Вит.С-11, Na-6, К-134, Са-10, Mg-10, P-18 | .061 | Салат из свежих помидоров | 24-38 |
| ЭЦ-259, Б-16, Ж-18, У-9, Вит.С-1, Na-8, К-36, Са-13, Mg-3, P-17 | .080 | Шницель рыбный натуральный с маслом сливочны | 39-96 |
| ЭЦ-167, Б-3, Ж-6, У-24, Вит.С-30, Вит.РР-2, Na-42, К-852, Са-15, Mg-35, P-87, Fe-1 | .150 | Картофель отварной с маслом раст. | 18-46 |
| 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 народный 1 кус. | 2-16 |
| ЭЦ-693, Б-23, Ж-36, У-69, Вит.С-42, Вит.РР-2, Na-238, К-1081, Са-50, Mg-57, P-154, Fe-2 | | | |

ОВЗ обед 1-4 класс (безмолочн.)

| | | | |
|---|------------|------------------------------|-------|
| ЭЦ-102, Б-1, Ж-9, У-4, Вит.А-2, Вит.С-5, Na-43, К-112, Са-16, Mg-12, P-20, Fe-1 | .060 | Салат Нежный | 12-10 |
| ЭЦ-107, Б-4, Ж-4, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-795, К-375, Са-20, Mg-20, P-51, Fe-1 | .200/15 | Суп картоф. с крупой и рыбой | 16-74 |
| ЭЦ-328, Б-7, Ж-23, У-3, Вит.С-2, Na-2, К-48, Са-4, Mg-3, P-9 | .040/40 | Гуляш | 41-45 |
| ЭЦ-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, Na-583, К-272, Са-20, Mg-143, P-215, Fe-5 | .150 | Каша гречневая рассыпчатая | 19-31 |
| 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 народный 1 кус. | 2-16 |
| ЭЦ-935, Б-24, Ж-43, У-92, Вит.А-3, Вит.С-48, Вит.РР-6, Na-1604, К-841, Са-67, Mg-183, P-319, Fe-7 | | | 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-122, Б-1, Ж-12, У-3, Вит.С-11, На-6, К-131, Са-10, Mg-9, P-18 | .060 | <i>Салат из свежих помидоров</i> | 23-96 |
| ЭЦ-324, Б-20, Ж-23, У-11, Вит.С-2, На-10, К-45, Са-17, Mg-4, P-22 | .100 | <i>Шницель "Дружба"</i> | 48-49 |
| ЭЦ-207, 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 | <i>Картофельное пюре</i> | 30-20 |
| ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90 | .200 | <i>Какао с молоком</i> | 17-19 |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24 | .1к/31,25г | <i>Хлеб народный 1 кус.</i> | 2-16 |
| ЭЦ-888, Б-31, Ж-47, У-86, Вит.С-49, Вит.РР-2, На-1860, К-1376, Са-225, Mg-77, P-286, Fe-2 | | | 122 |

ОВЗ завтрак 5-11 класс

| | | | |
|--|------------|--|-------|
| ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, На-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91 | .200/10 | <i>Каша пшеничная с маслом</i> | 23-25 |
| ЭЦ-145, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, На-231, К-53, Са-9, Mg-7, P-36, Fe-1 | .049/15 | <i>Бутерброд (с маслом шоколадным)</i> | 20-47 |
| ЭЦ-57, У-15, На-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, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24 | .1к/31,25г | <i>Хлеб народный 1 кус.</i> | 2-16 |
| 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 | <i>Сок Фруктовый 1кор</i> | 26-28 |
| ЭЦ-709, Б-16, Ж-14, У-129, Вит.А-13000, Вит.С-41, Вит.РР-3, На-870, К-998, Са-344, Mg-130, P-339, Fe-4 | | | |

ОВЗ обед 5-11 класс

| | | | |
|---|------------|-------------------------------------|------------|
| ЭЦ-122, Б-1, Ж-12, У-3, Вит.С-11, На-6, К-131, Са-10, Mg-9, P-18 | .060 | <i>Салат из свежих помидоров</i> | 23-96 |
| ЭЦ-134, Б-5, Ж-4, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-993, К-469, Са-25, Mg-26, P-64, Fe-1 | .250/22 | <i>Суп картоф. с крупой и рыбой</i> | 25-80 |
| ЭЦ-324, Б-20, Ж-23, У-11, Вит.С-2, На-10, К-45, Са-17, Mg-4, P-22 | .100 | <i>Шницель "Дружба"</i> | 48-49 |
| ЭЦ-207, 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 | <i>Картофельное пюре</i> | 30-20 |
| ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90 | .200 | <i>Какао с молоком</i> | 17-19 |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24 | .1к/31,25г | <i>Хлеб народный 1 кус.</i> | 2-16 |
| ЭЦ-1022, Б-36, Ж-51, У-103, Вит.А-1, Вит.С-66, Вит.РР-3, На-2853, К-1845, Са-250, Mg-103, P-350, Fe-3 | | | 224 |

Руководитель

Зав.производством