

Меню Школа № 9

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

1-4 класс обед

ЭЦ-73, Б-1, Ж-6, У-4, Вит.А-5, Вит.С-3, Вит.РР-1, На-244, К-108, Са-30, Мг-21, Р-30	.060	Морковь отварная с маслом раст.	7-20
ЭЦ-122, Б-2, Ж-6, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, На-808, К-391, Са-27, Мг-22, Р-55, Fe-1	.200/6	Рассольник Ленинградский со сметан.	17
ЭЦ-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5, На-52, К-1096, Са-27, Мг-48, Р-118, Fe-2	.050/150	Жаркое по-домашнему	71-64
ЭЦ-96, У-25, Вит.С-8, К-23, Мг-1	.200	Напиток лимонный	7-78
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-751, Б-25, Ж-30, У-92, Вит.А-6, Вит.С-66, Вит.РР-7, На-1285, К-1652, Са-91, Мг-97, Р-227, Fe-3			106

ОВЗ завтрак 1-4 класс

ЭЦ-255, Б-7, Ж-9, У-36, Вит.С-1, На-393, К-131, Са-111, Мг-13, Р-82	.180/10	Каша ячневая с маслом сливочным	21-82
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Мг-16, Р-134, Fe-1	.31,25/20	Бутерброд с сыром	20-33
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/1шт	Йогурт фруктовый	23-89
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, Мг-38, Р-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, Мг-21, Р-30	.060	Морковь отварная с маслом раст.	7-20
ЭЦ-122, Б-2, Ж-6, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, На-808, К-391, Са-27, Мг-22, Р-55, Fe-1	.200/6	Рассольник Ленинградский со сметан.	17
ЭЦ-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5, На-52, К-1096, Са-27, Мг-48, Р-118, Fe-2	.050/150	Жаркое по-домашнему	71-64
ЭЦ-96, У-25, Вит.С-8, К-23, Мг-1	.200	Напиток лимонный	7-78
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-751, Б-25, Ж-30, У-92, Вит.А-6, Вит.С-66, Вит.РР-7, На-1285, К-1652, Са-91, Мг-97, Р-227, Fe-3			195

родительская плата

ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, На-437, К-145, Са-123, Мг-14, Р-91	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	23-25
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Мг-16, Р-134, Fe-1	.31,25/20	Бутерброд с сыром	20-33
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-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, Мг-39, Р-257, Fe-2			50

ОВЗ завтрак 1-4 класс (безмолочн.)

ЭЦ-168, Б-9, Ж-13, У-5, Вит.С-1, Вит.РР-4, На-160, К-133, Са-28, Мг-12, Р-92, Fe-1	.061	Фрикадельки из курицы	52-53
ЭЦ-211, Б-5, Ж-5, У-35, Вит.РР-1, На-2034, К-64, Са-30, Мг-9, Р-49, Fe-1	.150	Макаронные изделия отварные	15
ЭЦ-86, Б-1, У-21, Вит.С-3, На-8, К-162, Са-10, Мг-5, Р-9	.180	Напиток из сока	19-09
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-551, Б-18, Ж-18, У-79, Вит.С-4, Вит.РР-5, На-2383, К-393, Са-75, Мг-31, Р-174, 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, На-244, К-108, Са-30, Мг-21, Р-30	.060	Морковь отварная с маслом раст.	7-20
ЭЦ-121, Б-2, Ж-6, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-1, На-819, К-411, Са-33, Мг-23, Р-67, Fe-1	.200/10	Рассольник Ленинг. с тушенкой	21-92
ЭЦ-344, Б-18, Ж-17, У-29, Вит.С-39, Вит.РР-4, На-47, К-1008, Са-25, Мг-45, Р-109, Fe-2	.046/150	Жаркое по-домашнему	67-50
ЭЦ-86, У-23, Вит.С-8, К-21, Мг-1	.180	Напиток лимонный	7
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-710, Б-24, Ж-29, У-88, Вит.А-6, Вит.С-64, Вит.РР-6, На-1291, К-1582, Са-95, Мг-95, Р-230, Fe-3			195

Руководитель

Зав.производством



14 Марта 2023 г.

Меню Школа № 9 5-11 класс

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

5-11 класс

ЭЦ-96, Ж-10, У-1, Вит.С-4, Na-197, К-57, Са-11, Mg-6, P-17	.050	Салат из свежих огурцов	18-78
ЭЦ-209, Б-11, Ж-16, У-6, Вит.С-2, Вит.РР-4, Na-200, К-165, Са-35, Mg-15, P-115, Fe-1	.076	Фрикадельки из курицы	65-38
ЭЦ-253, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, К-77, Са-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	17-99
ЭЦ-95, Б-1, У-24, Вит.С-3, Na-9, К-180, Са-11, Mg-6, P-11	.200	Напиток из сока	17-47
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
			122

ОВЗ завтрак 5-11 класс

ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, К-181, Са-154, Mg-18, P-114	.250/15	Каша ячневая с маслом сливочным	30-35
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	24-82
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-119, Б-4, У-24	1шт	Вафли "Боярушка"	16-54

ОВЗ обед 5-11 класс

ЭЦ-96, Ж-10, У-1, Вит.С-4, Na-197, К-57, Са-11, Mg-6, P-17	.050	Салат из свежих огурцов	18-78
ЭЦ-153, Б-2, Ж-8, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-1010, К-488, Са-34, Mg-27, P-69, Fe-1	.250/15	Рассольник Ленинградский со сметан.	23-87
ЭЦ-209, Б-11, Ж-16, У-6, Вит.С-2, Вит.РР-4, Na-200, К-165, Са-35, Mg-15, P-115, Fe-1	.076	Фрикадельки из курицы	65-38
ЭЦ-253, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, Na-2441, К-77, Са-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	17-99
ЭЦ-95, Б-1, У-24, Вит.С-3, Na-9, К-180, Са-11, Mg-6, P-11	.200	Напиток из сока	17-47
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
			224

Руководитель _____
 Зав. производством _____
