

**Меню Школа № 9**

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

1-4 класс обед

ЭЦ-122, Б-2, Ж-6, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-808, К-391, Са-27, Mg-22, P-55, Fe-1	.200/5	Рассольник Ленинградский со сметан	16-65
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-410, Б-9, Ж-28, У-3, Вит.С-3, Na-3, К-60, Са-4, Mg-4, P-11	.050/50	Гуляш	49-31
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	19-35
ЭЦ-117, У-30, Вит.С-7, Na-11, К-111, Са-7, Mg-4, P-4, Fe-1	0.174	Компот из яблок	11-11
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-1086, Б-24, Ж-47, У-113, Вит.А-6, Вит.С-26, Вит.РР-3, Na-1830, К-976, Са-95, Mg-199, P-339, Fe-7			106

ОВЗ завтрак 1-4 класс

ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/шт	Йогурт фруктовый	23-89
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/5	Каша пшеничная с маслом	18-19
ЭЦ-228, Б-4, Ж-1, У-50, Вит.РР-1, Na-236, К-100, Са-13, Mg-10, P-42, Fe-1	.050/25	Бутерброд с джемом	25-39
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-370, Б-6, Ж-13, У-57, Вит.РР-1, Na-36, К-71, Са-15, Mg-9, P-55, Fe-1	.082	Крендель в сахаре	15-11
ЭЦ-1170, Б-26, Ж-31, У-198, Вит.С-1, Вит.РР-2, Na-891, К-376, Са-163, Mg-42, P-220, Fe-3			

ОВЗ обед 1-4 класс

ЭЦ-122, Б-2, Ж-6, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-808, К-391, Са-27, Mg-22, P-55, Fe-1	.200/5	Рассольник Ленинградский со сметан	16-65
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-410, Б-9, Ж-28, У-3, Вит.С-3, Na-3, К-60, Са-4, Mg-4, P-11	.050/50	Гуляш	49-31
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	19-35
ЭЦ-117, У-30, Вит.С-7, Na-11, К-111, Са-7, Mg-4, P-4, Fe-1	0.174	Компот из яблок	11-11
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-1086, Б-24, Ж-47, У-113, Вит.А-6, Вит.С-26, Вит.РР-3, Na-1830, К-976, Са-95, Mg-199, P-339, 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	.200/5	Каша пшеничная с маслом	18-19
ЭЦ-228, Б-4, Ж-1, У-50, Вит.РР-1, Na-236, К-100, Са-13, Mg-10, P-42, Fe-1	.050/25	Бутерброд с джемом	25-39
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-700, Б-16, Ж-14, У-127, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-855, К-305, Са-148, Mg-33, P-165, Fe-2			50

ОВЗ завтрак 1-4 класс (безмолочн.)

ЭЦ-164, Б-18, Ж-9, У-2, Na-1324, К-4, Са-13, Mg-1, P-5	.057	Рыба жареная	56-43
ЭЦ-233, Б-4, Ж-6, У-39, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-579, К-81, Са-16, Mg-30, P-89, Fe-1	.150/20	Рис припущенный с овощам, зеленым горошком	19-95
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 витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-517, Б-25, Ж-15, У-68, Вит.С-29, Вит.РР-5, Na-2084, К-119, Са-36, Mg-36, P-118, Fe-1			

ОВЗ обед 1-4 класс (безмолочн.)

ЭЦ-139, Б-2, Ж-7, У-16, Вит.А-1, Вит.С-16, Вит.РР-1, Na-942, К-472, Са-37, Mg-27, P-77, Fe-1	.230	Рассольник Ленинг.	16-65
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-410, Б-9, Ж-28, У-3, Вит.С-3, Na-3, К-60, Са-4, Mg-4, P-11	.050/50	Гуляш	49-31
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	19-35
ЭЦ-117, У-30, Вит.С-7, Na-11, К-111, Са-7, Mg-4, P-4, Fe-1	0.174	Компот из яблок	11-11
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-1103, Б-24, Ж-48, У-115, Вит.А-6, Вит.С-29, Вит.РР-3, Na-1964, К-1057, Са-105, Mg-204, P-361, 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-424, Б-37, Ж-30, У-1, Na-703, К-15, Са-75, Mg-6, P-46	.068	<b>Рыба запеченая с сыром</b>	68-30
ЭЦ-235, Б-6, Ж-8, У-34, Вит.С-41, Вит.РР-3, Na-1853, К-1084, Са-84, Mg-59, P-173, Fe-2	.200/25	<b>Картофельное пюре с зеленым горошком</b>	41-08
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	<b>Напиток Витошка</b>	10-24
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<b>Хлеб витаминный 1 кус.</b>	2-38
ЭЦ-779, Б-46, Ж-38, У-62, Вит.С-69, Вит.РР-7, Na-2737, К-1133, Са-166, Mg-70, P-243, Fe-2			<b>122</b>

**ОВЗ завтрак 5-11 класс**

ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/шт	<b>Йогурт фруктовый</b>	23-89
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	<b>Каша пшеничная с маслом</b>	24-18
ЭЦ-228, Б-4, Ж-1, У-50, Вит.РР-1, Na-236, К-100, Са-13, Mg-10, P-42, Fe-1	.050/25	<b>Бутерброд с джемом</b>	25-39
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<b>Чай с сахаром № 685</b>	4-04
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<b>Хлеб витаминный 1 кус.</b>	2-38
ЭЦ-800, Б-20, Ж-18, У-141, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-855, К-305, Са-148, Mg-33, P-165, Fe-2			

**ОВЗ обед 5-11 класс**

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	.250/10	<b>Рассольник Ленинградский со сметан</b>	22-12
ЭЦ-424, Б-37, Ж-30, У-1, Na-703, К-15, Са-75, Mg-6, P-46	.068	<b>Рыба запеченая с сыром</b>	68-30
ЭЦ-235, Б-6, Ж-8, У-34, Вит.С-41, Вит.РР-3, Na-1853, К-1084, Са-84, Mg-59, P-173, Fe-2	.200/25	<b>Картофельное пюре с зеленым горошком</b>	41-08
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	<b>Напиток Витошка</b>	10-24
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<b>Хлеб витаминный 1 кус.</b>	2-38
ЭЦ-932, Б-48, Ж-46, У-79, Вит.А-1, Вит.С-86, Вит.РР-8, Na-3747, К-1621, Са-200, Mg-97, P-312, Fe-3			<b>224</b>

Руководитель

Зав. производством