

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-83, Б-1, Ж-6, У-7, Вит.С-14, Na-124, К-123, Са-23, Mg-10, P-20, Fe-1	.060	Салат из свежей капусты с вареной свеклой	8-77
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	.200/10/10	Рассольник Ленинградский с тушенкой со сметаной	26-15
ЭЦ-658, Б-15, Ж-38, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-2, Na-52, К-1096, Са-27, Mg-48, P-118, Fe-2	.050/200	Жаркое по-домашнему	60-24
ЭЦ-99, У-26, К-1	.200	Напиток из апельсинов	8-46
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-1048, Б-21, Ж-50, У-96, Вит.А-1, Вит.С-69, Вит.РР-3, Na-1165, К-1645, Са-84, Mg-85, P-217, Fe-4			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	Омлет натуральный с маслом сливочным	33-97
ЭЦ-109, Б-3, Ж-3, У-18, Вит.С-1, Na-45, К-132, Са-108, Mg-13, P-81	.180	Кофейный напиток с молоком	9-83
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт	Вафли "Боярушка"	16-54
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-592, Б-22, Ж-18, У-85, Вит.А-13000, Вит.С-41, Вит.РР-2, Na-555, К-1068, Са-400, Mg-132, P-475, Fe-4			

ОВЗ обед 1-4 класс

ЭЦ-83, Б-1, Ж-6, У-7, Вит.С-14, Na-124, К-123, Са-23, Mg-10, P-20, Fe-1	.060	Салат из свежей капусты с вареной свеклой	8-77
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	.200/10/10	Рассольник Ленинградский с тушенкой со сметаной	26-15
ЭЦ-658, Б-15, Ж-38, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-2, Na-52, К-1096, Са-27, Mg-48, P-118, Fe-2	.050/200	Жаркое по-домашнему	60-24
ЭЦ-99, У-26, К-1	.200	Напиток из апельсинов	8-46
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-1048, Б-21, Ж-50, У-96, Вит.А-1, Вит.С-69, Вит.РР-3, Na-1165, К-1645, Са-84, Mg-85, P-217, Fe-4			195

родительская плата

ЭЦ-186, Б-12, Ж-15, У-2, Na-309, К-162, Са-85, Mg-14, P-190, Fe-2	.118/3	Омлет натуральный с маслом сливочным	36-70
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-92
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-393, Б-19, Ж-19, У-40, Вит.С-1, Na-540, К-342, Са-212, Mg-33, P-304, Fe-2			50

ОВЗ завтрак 1-4 класс (безмолочн.)

ЭЦ-115, Ж-12, У-1, Вит.С-5, Na-236, К-69, Са-13, Mg-7, P-21	.060	Салат из свежих огурцов	25-56
ЭЦ-236, Б-12, Ж-17, У-9, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-4, Na-338, К-169, Са-49, Mg-19, P-128, Fe-1	0.075/50	Суфле из филе птицы с соусм	39-09
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	10-66
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	11-31
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-782, Б-20, Ж-34, У-97, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-5, Na-2801, К-463, Са-107, Mg-44, P-227, Fe-3			

ОВЗ обед 1-4 класс (безмолочн.)

ЭЦ-83, Б-1, Ж-6, У-7, Вит.С-14, Na-124, К-123, Са-23, Mg-10, P-20, Fe-1	.060	Салат из свежей капусты с вареной свеклой	8-77
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	.200/14	Рассольник Ленинградский с тушенкой	26-15
ЭЦ-658, Б-15, Ж-38, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-2, Na-52, К-1096, Са-27, Mg-48, P-118, Fe-2	.050/200	Жаркое по-домашнему	60-24
ЭЦ-99, У-26, К-1	.200	Напиток из апельсинов	8-46
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-1048, Б-21, Ж-50, У-96, Вит.А-1, Вит.С-69, Вит.РР-3, Na-1165, К-1645, Са-84, Mg-85, P-217, Fe-4			195

Руководитель

Зав. производством

21 Апреля 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-165, Б-1, Ж-17, У-2, Вит.С-7, На-338, К-98, Са-19, Mg-10, P-30	.086	Салат из свежих огурцов	36-75
ЭЦ-315, Б-15, Ж-23, У-12, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-6, На-451, К-226, Са-65, Mg-25, P-170, Fe-2	0.100/50	Суфле из филе птицы с соусм	51-57
ЭЦ-281, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, На-2712, К-85, Са-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200	Макаронные изделия отварные	19-99
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, На-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	11-31
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
			122
ЭЦ-981, Б-26, Ж-47, У-113, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-7, На-3694, К-570, Са-138, Mg-56, P-295, Fe-4			

ОВЗ завтрак 5-11 класс

ЭЦ-186, Б-12, Ж-15, У-2, На-309, К-162, Са-85, Mg-14, P-190, Fe-2	.118/5	Омлет натуральный с маслом сливочным	39-12
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-92
ЭЦ-119, Б-4, У-24	шт	Вафли "Боярушка"	16-54
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-512, Б-23, Ж-19, У-64, Вит.С-1, На-540, К-342, Са-212, Mg-33, P-304, Fe-2			

ОВЗ обед 5-11 класс

ЭЦ-153, Б-2, Ж-8, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-1010, К-488, Са-34, Mg-27, P-69, Fe-1	.250/15/10	Рассольник Ленинградский с тушенкой со сметаной	33-04
ЭЦ-165, Б-1, Ж-17, У-2, Вит.С-7, На-338, К-98, Са-19, Mg-10, P-30	.086	Салат из свежих огурцов	36-75
ЭЦ-315, Б-15, Ж-23, У-12, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-6, На-451, К-226, Са-65, Mg-25, P-170, Fe-2	0.100/50	Суфле из филе птицы с соусм	51-57
ЭЦ-281, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, На-2712, К-85, Са-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200	Макаронные изделия отварные	19-99
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, На-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	11-31
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
			224-00
ЭЦ-1134, Б-28, Ж-55, У-130, Вит.А-2, Вит.С-34, Вит.РР-8, На-4704, К-1058, Са-172, Mg-83, P-364, Fe-5			

Руководитель



Зав. производством

