

18 Апреля 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 обед

ЭЦ-131, Б-4, Ж-5, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-2, Na-493, К-404, Са-20, Mg-22, P-72, Fe-1	.200/10	Суп картоф. с мак.изд. филе цыпленка	20-51
ЭЦ-69, Б-1, Ж-5, У-5, Вит.С-4, Na-783, К-167, Са-29, Mg-13, P-25, Fe-1	.060	Салат из свеклы с р/маслом	5-68
ЭЦ-457, Б-19, Ж-24, У-41, Вит.А-5, Вит.С-4, Вит.РР-5, Na-78, К-442, Са-42, Mg-68, P-246, Fe-2	.050/150	Плов по - узбекски	68-62
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	8-81
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-866, Б-28, Ж-34, У-112, Вит.А-7, Вит.С-22, Вит.РР-8, Na-1539, К-1082, Са-130, Mg-129, P-396, Fe-5			106

ОВЗ завтрак 1-4 класс

ЭЦ-280, Б-7, Ж-14, У-32, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-1604, К-278, Са-150, Mg-68, P-224, Fe-2	.200/7	Каша геркулесовая с маслом	20-97
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/20	Бутерброд с сыром	20-16
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-80
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-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.шт	Яйцо отварное	12-80

ОВЗ обед 1-4 класс

ЭЦ-131, Б-4, Ж-5, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-2, Na-493, К-404, Са-20, Mg-22, P-72, Fe-1	.200/10	Суп картоф. с мак.изд. филе цыпленка	20-51
ЭЦ-69, Б-1, Ж-5, У-5, Вит.С-4, Na-783, К-167, Са-29, Mg-13, P-25, Fe-1	.060	Салат из свеклы с р/маслом	5-68
ЭЦ-457, Б-19, Ж-24, У-41, Вит.А-5, Вит.С-4, Вит.РР-5, Na-78, К-442, Са-42, Mg-68, P-246, Fe-2	.050/150	Плов по - узбекски	68-62
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	8-81
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-866, Б-28, Ж-34, У-112, Вит.А-7, Вит.С-22, Вит.РР-8, Na-1539, К-1082, Са-130, Mg-129, P-396, Fe-5			195

родительская плата

ЭЦ-280, Б-7, Ж-14, У-32, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-1604, К-278, Са-150, Mg-68, P-224, Fe-2	.200/5	Каша геркулесовая с маслом	18-66
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/20	Бутерброд с сыром	20-16
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-80
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-588, Б-17, Ж-20, У-85, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-2059, К-458, Са-352, Mg-94, P-391, Fe-3			50

ОВЗ завтрак 1-4 класс (безмолочн.)

ЭЦ-227, Б-11, Ж-15, У-11, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-33, К-62, Са-11, Mg-8, P-31	.080/50	Тефтели с рисом с соусом	51-96
ЭЦ-55, Б-1, Ж-5, У-2, Вит.С-6, Na-42, К-73, Са-9, Mg-6, P-16	.038	Салат из св. помидоров, огурцов	15-62
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-636, Б-20, Ж-25, У-81, Вит.С-9, Вит.РР-3, Na-2291, К-258, Са-62, Mg-32, P-128, Fe-2			

ОВЗ обед 1-4 класс (безмолочн.)

ЭЦ-131, Б-4, Ж-5, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-2, Na-493, К-404, Са-20, Mg-22, P-72, Fe-1	.200/10	Суп картоф. с мак.изд. филе цыпленка	20-51
ЭЦ-69, Б-1, Ж-5, У-5, Вит.С-4, Na-783, К-167, Са-29, Mg-13, P-25, Fe-1	.060	Салат из свеклы с р/маслом	5-68
ЭЦ-457, Б-19, Ж-24, У-41, Вит.А-5, Вит.С-4, Вит.РР-5, Na-78, К-442, Са-42, Mg-68, P-246, Fe-2	.050/150	Плов по - узбекски	68-62
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	8-81
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-866, Б-28, Ж-34, У-112, Вит.А-7, Вит.С-22, Вит.РР-8, Na-1539, К-1082, Са-130, Mg-129, P-396, Fe-5			195

Руководитель

За производство

18 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-91, Б-1, Ж-9, У-3, Вит.С-9, Na-69, К-122, Са-15, Mg-11, P-26, Fe-1	.063	Салат из св. помидоров, огурцов	25-99
ЭЦ-255, Б-12, Ж-17, У-13, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-37, К-70, Са-12, Mg-9, P-35	.090/50	Тефтели с соусом	58-45
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-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	17-19
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-834, Б-25, Ж-37, У-102, Вит.С-13, Вит.РР-3, Na-2778, К-450, Са-190, Mg-50, P-234, Fe-2			122

ОВЗ завтрак 5-11 класс

ЭЦ-280, Б-7, Ж-14, У-32, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-1604, К-278, Са-150, Mg-68, P-224, Fe-2	.200/10	Каша геркулесовая с маслом	23-50
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/20	Бутерброд с сыром	20-16
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-80
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-688, Б-21, Ж-24, У-99, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-2059, К-458, Са-352, Mg-94, P-391, Fe-3			

ОВЗ обед 5-11 класс

ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-616, К-505, Са-26, Mg-27, P-89, Fe-1	.250/10	Суп картоф. с мак.изд. филе цыпленка	23-27
ЭЦ-91, Б-1, Ж-9, У-3, Вит.С-9, Na-69, К-122, Са-15, Mg-11, P-26, Fe-1	.063	Салат из св. помидоров, огурцов	25-99
ЭЦ-255, Б-12, Ж-17, У-13, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-37, К-70, Са-12, Mg-9, P-35	.090/50	Тефтели с соусом	58-45
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-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	17-19
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-998, Б-31, Ж-43, У-123, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-5, Na-3394, К-955, Са-216, Mg-77, P-323, Fe-3			224

Руководитель

Зав.производством



