

14 Апреля 2023 г.

Меню Школа № 9

| зн. 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 | 9-04 |
| ЭЦ-101, Б-2, Ж-6, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-792, К-285, Са-43, Mg-20, P-47, Fe-1 | .200/10 | Борщ из св. капусты со сметаной | 15-79 |
| ЭЦ-249, Б-14, Ж-17, У-10, Вит.С-2, Вит.РР-2, Na-189, К-83, Са-15, Mg-14, P-49, Fe-1 | .060/50 | Котлета Школьная с соусом | 52-68 |
| 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-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 чернослива | 11-11 |
| 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-853, Б-26, Ж-34, У-112, Вит.А-2, Вит.С-34, Вит.РР-5, Na-3324, К-624, Са-150, Mg-79, P-218, Fe-5 | | | 106 |

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 | 23-53 |
| ЭЦ-141, Б-3, Ж-1, У-31, Вит.РР-1, Na-146, К-62, Са-8, Mg-6, P-26, Fe-1 | .031,25/30 | Бутерброд с джемом | 29-05 |
| 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 | .1к31,25г | Хлеб витаминный 1 кус. | 2-38 |
| ЭЦ-24, Б-1, Ж-1, У-2, Вит.С-1, Na-21, К-61, Са-50, Mg-6, P-38 | .1кор. | Молоко витаминизированное | 30 |
| ЭЦ-637, Б-16, Ж-15, У-110, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-786, К-328, Са-193, Mg-35, P-187, Fe-2 | | | |

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 | 9-04 |
| ЭЦ-101, Б-2, Ж-6, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-792, К-285, Са-43, Mg-20, P-47, Fe-1 | .200/10 | Борщ из св. капусты со сметаной | 15-79 |
| ЭЦ-249, Б-14, Ж-17, У-10, Вит.С-2, Вит.РР-2, Na-189, К-83, Са-15, Mg-14, P-49, Fe-1 | .060/50 | Котлета Школьная с соусом | 52-68 |
| 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-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 чернослива № 638 | 11-11 |
| 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-853, Б-26, Ж-34, У-112, Вит.А-2, Вит.С-34, Вит.РР-5, Na-3324, К-624, Са-150, Mg-79, P-218, Fe-5 | | | 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 | 23-53 |
| ЭЦ-92, Б-3, Ж-1, У-18, Na-146, К-33, Са-6, Mg-4, P-23 | .031,25/16 | Бутерброд с маслом шоколадным | 20-05 |
| 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 | .1к31,25г | Хлеб витаминный 1 кус. | 2-38 |
| ЭЦ-564, Б-15, Ж-14, У-95, Вит.С-1, Na-765, К-238, Са-141, Mg-27, P-146, Fe-1 | | | 50 |

ОВЗ завтрак 1-4 класс (безмолочн.)

| | | | |
|---|-----------|------------------------|-------|
| ЭЦ-449, Б-23, Ж-22, У-38, Вит.С-50, Вит.РР-6, Na-82, К-1315, Са-32, Mg-58, P-142, Fe-2 | .060/150 | Жаркое по-домашнему | 82-58 |
| 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 | .1к31,25г | Хлеб витаминный 1 кус. | 2-38 |
| ЭЦ-592, Б-26, Ж-22, У-71, Вит.С-50, Вит.РР-6, Na-244, К-1374, Са-44, Mg-67, P-174, 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 | 9-04 |
| ЭЦ-134, Б-4, Ж-8, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-792, К-284, Са-43, Mg-20, P-46, Fe-1 | .200/8 | Борщ из св. капусты с тушенкой | 15-79 |
| ЭЦ-249, Б-14, Ж-17, У-10, Вит.С-2, Вит.РР-2, Na-189, К-83, Са-15, Mg-14, P-49, Fe-1 | .060/50 | Котлета Школьная с соусом | 52-68 |
| 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-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 чернослива | 11-11 |
| 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-886, Б-28, Ж-36, У-112, Вит.А-2, Вит.С-34, Вит.РР-5, Na-3324, К-623, Са-150, Mg-79, P-217, Fe-5 | | | 195 |

Руководитель

Зав. производством

14 Апреля 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-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5, Na-52, К-1096, Са-27, Mg-48, P-118, Fe-2 | .050/200 | <i>Жаркое по-домашнему</i> | 81-26 |
| ЭЦ-8, У-1, Вит.С-9, Na-3, К-102, Са-5, Mg-7, P-9 | .035 | <i>Нарезка овощная (помидор)</i> | 17-14 |
| ЭЦ-95, Б-1, У-24, Вит.С-3, Na-9, К-180, Са-11, Mg-6, P-11 | .200 | <i>Напиток из сока</i> | 21-22 |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24 | .1к/31,25г | <i>Хлеб витаминный 1 кус.</i> | 2-38 |
| ЭЦ-563, Б-23, Ж-18, У-74, Вит.С-54, Вит.РР-5, Na-245, К-1412, Са-50, Mg-66, P-162, Fe-2 | | | 122 |

ОВЗ завтрак 5-11 класс

| | | | |
|--|------------|--------------------------------------|-------|
| ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91 | .200/7 | <i>Каша пшеничная с маслом</i> | 20-83 |
| ЭЦ-92, Б-3, Ж-1, У-18, Na-146, К-33, Са-6, Mg-4, P-23 | .031,25/16 | <i>Бутерброд с маслом шоколадным</i> | 20-05 |
| ЭЦ-57, У-15, Na-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, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24 | .1к/31,25г | <i>Хлеб витаминный 1 кус.</i> | 2-38 |
| ЭЦ-24, Б-1, Ж-1, У-2, Вит.С-1, Na-21, К-61, Са-50, Mg-6, P-38 | .1кор. | <i>Молоко витаминизированное</i> | 30 |
| ЭЦ-588, Б-16, Ж-15, У-97, Вит.С-2, Na-786, К-299, Са-191, Mg-33, P-184, Fe-1 | | | |

ОВЗ обед 5-11 класс

| | | | |
|--|------------|---|-------|
| ЭЦ-168, Б-5, Ж-11, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-990, К-355, Са-53, Mg-25, P-57, Fe-1 | .250/10/10 | <i>Борщ из св. капусты с тушенкой, сметаной</i> | 24-70 |
| ЭЦ-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5, Na-52, К-1096, Са-27, Mg-48, P-118, Fe-2 | .050/200 | <i>Жаркое по-домашнему</i> | 81-26 |
| ЭЦ-8, У-1, Вит.С-9, Na-3, К-102, Са-5, Mg-7, P-9 | .035 | <i>Нарезка овощная (помидор)</i> | 17-14 |
| ЭЦ-95, Б-1, У-24, Вит.С-3, Na-9, К-180, Са-11, Mg-6, P-11 | .200 | <i>Напиток из сока</i> | 21-22 |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24 | .1к/31,25г | <i>Хлеб витаминный 1 кус.</i> | 2-38 |
| ЭЦ-731, Б-28, Ж-29, У-88, Вит.А-1, Вит.С-75, Вит.РР-6, Na-1235, К-1767, Са-103, Mg-91, P-219, Fe-3 | | | 224 |

Руководитель 

Зав. производством 