

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-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	Рассольник Ленинградский со сметаной	19-33
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.	7-19
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	68-26
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	8-84
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-861, Б-26, Ж-36, У-108, Вит.А-12, Вит.С-21, Вит.РР-8, Na-1315, К-1010, Са-138, Mg-137, P-384, Fe-4			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	.200/5	Каша геркулесовая с маслом	18-64
ЭЦ-141, Б-3, Ж-1, У-31, Вит.РР-1, Na-146, К-62, Са-8, Mg-6, P-26, Fe-1	.031,25/27	Бутерброд с джемом	27-25
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-86, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	12-80
ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/1шт	Йогурт фруктовый	23-89

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	.200/10	Рассольник Ленинградский со сметаной	19-33
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.	7-19
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	68-26
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	8-84
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-861, Б-26, Ж-36, У-108, Вит.А-12, Вит.С-21, Вит.РР-8, Na-1315, К-1010, Са-138, Mg-137, P-384, Fe-4			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	18-64
ЭЦ-141, Б-3, Ж-1, У-31, Вит.РР-1, Na-146, К-62, Са-8, Mg-6, P-26, Fe-1	.031,25/26	Бутерброд с джемом	24-94
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-13, Ж-15, У-96, Вит.С-1, Вит.РР-2, Na-1932, К-399, Са-170, Mg-83, P-282, Fe-4			50

ОВЗ завтрак 1-4 класс (безмолочн.)

ЭЦ-72, Б-1, Ж-7, У-2, Вит.С-7, Na-55, К-97, Са-12, Mg-8, P-21	.050	Салат из св. помидоров, огурцов	23-94
ЭЦ-230, Б-15, Ж-18, У-3, Вит.РР-6, Na-70, К-177, Са-39, Mg-16, P-150, Fe-1	.075	Кнели из филе птицы	49-94
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	10-50
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-24
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-656, Б-24, Ж-30, У-73, Вит.С-7, Вит.РР-7, Na-2341, К-397, Са-93, Mg-42, P-252, Fe-3			

ОВЗ обед 1-4 класс (безмолочн.)

ЭЦ-121, Б-2, Ж-6, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-1, Na-819, К-411, Са-33, Mg-23, P-67, Fe-1	.200/10	Рассольник Ленинг. с тушенкой	21-39
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.	7-19
ЭЦ-439, Б-18, Ж-23, У-39, Вит.А-4, Вит.С-4, Вит.РР-5, Na-75, К-424, Са-40, Mg-65, P-237, Fe-2	.048/150	Плов по - узбекски	66-20
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	8-84
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-842, Б-25, Ж-35, У-106, Вит.А-11, Вит.С-22, Вит.РР-8, Na-1323, К-1012, Са-142, Mg-135, P-387, Fe-4			195

Руководитель

Зав. производством

12 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-71, Б-1, Ж-7, У-2, Вит.С-7, Na-54, К-95, Са-11, Mg-8, P-20	.049	Салат из св. помидоров, огурцов	21-11
ЭЦ-245, Б-16, Ж-19, У-3, Вит.РР-6, Na-75, К-189, Са-41, Mg-18, P-160, Fe-1	.080	Кнели из филе птицы	61-57
ЭЦ-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-917, Са-64, Mg-40, P-119, Fe-2	.180	Картофельное пюре	27-07
ЭЦ-76, У-20, К-1	.200	Напиток из шиповника	9-87
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
<hr/>			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	23-97
ЭЦ-141, Б-3, Ж-1, У-31, Вит.РР-1, Na-146, К-62, Са-8, Mg-6, P-26, Fe-1	.031,25/27	Бутерброд с джемом	28-40
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-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	12-80
<hr/>			
ЭЦ-630, Б-18, Ж-20, У-96, Вит.С-1, Вит.РР-2, Na-1988, К-458, Са-193, Mg-88, P-363, Fe-5			

ОВЗ обед 5-11 класс

ЭЦ-151, Б-3, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-1024, К-513, Са-41, Mg-29, P-83, Fe-1	.250/10/10	Рассольник Ленинг. с тушенкой, сметаной	30-41
ЭЦ-71, Б-1, Ж-7, У-2, Вит.С-7, Na-54, К-95, Са-11, Mg-8, P-20	.049	Салат из св. помидоров, огурцов	21-11
ЭЦ-245, Б-16, Ж-19, У-3, Вит.РР-6, Na-75, К-189, Са-41, Mg-18, P-160, Fe-1	.080	Кнели из филе птицы	61-57
ЭЦ-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, К-917, Са-64, Mg-40, P-119, Fe-2	.180	Картофельное пюре	27-07
ЭЦ-76, У-20, К-1	.200	Напиток из шиповника	9-87
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
<hr/>			224
ЭЦ-816, Б-27, Ж-41, У-87, Вит.А-1, Вит.С-55, Вит.РР-9, Na-2785, К-1749, Са-164, Mg-100, P-406, Fe-4			

Руководитель

Зав.производством

