

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-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, Na-469, К-60, Са-20, Mg-6, P-11	.060	Салат из свежей капусты	5-55
ЭЦ-460, Б-10, Ж-32, У-4, Вит.С-3, Na-3, К-69, Са-5, Mg-5, P-13	.055/55	Гуляш	61-53
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-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-1005, Б-26, Ж-46, У-94, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-1286, К-582, Са-172, Mg-173, P-353, Fe-5			106

ОВЗ завтрак 1-4 класс

ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/20	Бутерброд с сыром	20-50
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/6	Каша пшеничная с маслом сливочным	20-65
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-42, У-10, Вит.С-17, Na-26, К-278, Са-16, Mg-9, P-11, Fe-2	1шт	Апельсин	19-73
ЭЦ-650, Б-17, Ж-17, У-105, Вит.С-18, Na-893, К-531, Са-281, Mg-42, P-224, Fe-3			

ОВЗ обед 1-4 класс

ЭЦ-189, Б-8, Ж-10, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-481, К-265, Са-22, Mg-14, P-38, Fe-1	.200/17	Суп карт. с горохом, тушенкой	21-70
ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, Na-469, К-60, Са-20, Mg-6, P-11	.060	Салат из свежей капусты	5-55
ЭЦ-460, Б-10, Ж-32, У-4, Вит.С-3, Na-3, К-69, Са-5, Mg-5, P-13	.055/55	Гуляш	61-53
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-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-1194, Б-34, Ж-56, У-112, Вит.А-1, Вит.С-22, Вит.РР-2, Na-1767, К-847, Са-194, Mg-187, P-391, Fe-6			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 б питания
--	-------	--------------------	------------------------

5-11 класс

ЭЦ-102, Б-1, Ж-8, У-7, Вит.С-23, Na-627, К-117, Са-33, Mg-11, P-25	.080	Салат "Здоровье"	15-72
ЭЦ-283, Б-14, Ж-19, У-14, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-41, К-78, Са-14, Mg-10, P-39	.100/50	Тфтели с рисом с соусом	66-48
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-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 кураги	19-43
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-847, Б-25, Ж-33, У-113, Вит.А-1, Вит.С-27, Вит.РР-4, Na-3294, К-341, Са-122, Mg-58, P-176, Fe-2			<u>122</u>

ОВЗ завтрак 5-11 класс

ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/17	Бутерброд с сыром	17-72
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/6	Каша пшеничная с маслом сливочным	19-58
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-119, Б-4, У-24	1шт	Вафли "Боярушка"	16-54
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-42, У-10, Вит.С-17, Na-26, К-278, Са-16, Mg-9, P-11, Fe-2	1шт	Апельсин	19-73
ЭЦ-769, Б-21, Ж-17, У-129, Вит.С-18, Na-893, К-531, Са-281, Mg-42, P-224, Fe-3			

ОВЗ обед 5-11 класс

ЭЦ-236, Б-10, Ж-13, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, К-331, Са-27, Mg-18, P-47, Fe-1	.250/15	Суп карт. с горохом, тушенкой	22-01
ЭЦ-102, Б-1, Ж-8, У-7, Вит.С-23, Na-627, К-117, Са-33, Mg-11, P-25	.080	Салат "Здоровье"	15-72
ЭЦ-283, Б-14, Ж-19, У-14, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-41, К-78, Са-14, Mg-10, P-39	.100/50	Тфтели с рисом с соусом	66-48
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-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 кураги	19-43
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-1083, Б-35, Ж-46, У-136, Вит.А-2, Вит.С-39, Вит.РР-5, Na-3896, К-672, Са-149, Mg-76, P-223, Fe-3			<u>224</u>

Руководитель _____

Зав. производством _____