

05 Мая 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

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	9-27
ЭЦ-159, Б-4, Ж-5, У-24, Вит.С-16, Вит.РР-1, Na-577, К-495, Са-57, Mg-26, P-91, Fe-1	.200/20	Суп-пюре с гречками	23-87
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	66-44
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-773, Б-26, Ж-30, У-99, Вит.А-4, Вит.С-29, Вит.РР-6, Na-1303, К-1038, Са-129, Mg-106, P-371, 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	.118/2	Омлет натуральный с маслом сливочным	34-10
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-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-187, Б-3, Ж-7, У-28, Na-14, К-42, Са-7, Mg-5, P-29	.050	Булочка Домашняя	11-60
ЭЦ-604, Б-23, Ж-27, У-70, Вит.С-2, Na-575, К-445, Са-269, Mg-44, P-371, Fe-2			

ОВЗ обед 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	9-27
ЭЦ-159, Б-4, Ж-5, У-24, Вит.С-16, Вит.РР-1, Na-577, К-495, Са-57, Mg-26, P-91, Fe-1	.200/20	Суп-пюре с гречками	23-87
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	66-44
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-773, Б-26, Ж-30, У-99, Вит.А-4, Вит.С-29, Вит.РР-6, Na-1303, К-1038, Са-129, Mg-106, P-371, 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-43, Ж-4, У-1, Вит.С-4, Na-33, К-58, Са-7, Mg-5, P-12	.030	Салат из св. помидоров, огурцов	10-56
ЭЦ-182, Б-12, Ж-13, У-3, Вит.А-1, Вит.С-1, Na-133, К-35, Са-41, Mg-7, P-31	.058	Рыба под сырной корочкой	53-56
ЭЦ-167, Б-3, Ж-6, У-24, Вит.С-30, Вит.РР-2, Na-42, К-852, Са-15, Mg-35, P-87, Fe-1	.150	Картофель отварной с маслом раст.	18-46
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-535, Б-18, Ж-23, У-61, Вит.А-1, Вит.С-35, Вит.РР-2, Na-390, К-1004, Са-75, Mg-56, P-162, Fe-2			

ОВЗ обед 1-4 класс (безмолочн.)

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	9-27
ЭЦ-161, Б-5, Ж-8, У-17, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-487, К-388, Са-25, Mg-20, P-56, Fe-1	.200/15	Суп картоф.с мак. изд. тушенкой	21-81
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	68-50
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-793, Б-28, Ж-34, У-94, Вит.А-6, Вит.С-26, Вит.РР-6, Na-1216, К-949, Са-99, Mg-103, P-345, Fe-4			195

Руководитель

Зав. производством

05 Мая 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-72, Б-1, Ж-7, У-2, Вит.С-7, Na-55, K-97, Ca-12, Mg-8, P-21	.050	Салат из св. помидоров, огурцов	17-59
ЭЦ-241, Б-17, Ж-18, У-4, Вит.А-1, Вит.С-1, Na-177, K-46, Ca-55, Mg-9, P-41	.077	Рыба под сырной корочкой	70-81
ЭЦ-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, K-917, Ca-64, Mg-40, P-119, Fe-2	.180	Картофельное пюре	27-18
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-643, Б-25, Ж-32, У-65, Вит.А-1, Вит.С-39, Вит.РР-2, Na-1865, K-1119, Ca-143, Mg-66, P-213, Fe-3			122

ОВЗ завтрак 5-11 класс

ЭЦ-186, Б-12, Ж-15, У-2, Na-309, K-162, Ca-85, Mg-14, P-190, Fe-2	.118/5	Омлет натуральный с маслом сливочным	39-02
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, K-146, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	10-92
ЭЦ-318, Б-6, Ж-11, У-48, Вит.РР-1, Na-23, K-71, Ca-12, Mg-9, P-50, Fe-1	.085	Булочка Домашняя	19-84
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-711, Б-25, Ж-30, У-88, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-563, K-413, Ca-224, Mg-42, P-354, Fe-3			

ОВЗ обед 5-11 класс

ЭЦ-199, Б-5, Ж-6, У-30, Вит.А-1, Вит.С-20, Вит.РР-2, Na-722, K-619, Ca-71, Mg-33, P-113, Fe-1	.250/25	Суп-пюре с гренками	29-84
ЭЦ-72, Б-1, Ж-7, У-2, Вит.С-7, Na-55, K-97, Ca-12, Mg-8, P-21	.050	Салат из св. помидоров, огурцов	17-59
ЭЦ-241, Б-17, Ж-18, У-4, Вит.А-1, Вит.С-1, Na-177, K-46, Ca-55, Mg-9, P-41	.077	Рыба под сырной корочкой	70-81
ЭЦ-187, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, K-917, Ca-64, Mg-40, P-119, Fe-2	.180	Картофельное пюре	27-18
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром № 685	4-04
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-842, Б-30, Ж-38, У-95, Вит.А-2, Вит.С-59, Вит.РР-4, Na-2587, K-1738, Ca-214, Mg-99, P-326, Fe-4			224

Руководитель

Зав. производством

