

04 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-77, Б-1, Ж-6, У-5, Вит.С-17, На-470, К-88, Са-25, Mg-8, P-19	.060	Салат "Здоровье"	11-56
ЭЦ-122, Б-2, Ж-6, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, На-808, К-391, Са-27, Mg-22, P-55, Fe-1	.200/6	Рассольник Ленинградский со сметан	17-05
ЭЦ-208, Б-10, Ж-14, У-9, Вит.А-4, Вит.В2-1, Вит.С-15, Вит.РР-4, На-58, К-167, Са-19, Mg-15, P-166, Fe-3	.063/30	Запеканка из печени с рисом, соусом	42-12
ЭЦ-156, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, На-1209, К-764, Са-53, Mg-34, P-99, Fe-1	.150	Картофельное пюре	22-65
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-683, Б-19, Ж-32, У-77, Вит.А-5, Вит.В2-1, Вит.С-99, Вит.РР-11, На-2726, К-1444, Са-131, Mg-84, P-363, Fe-5			106

ОВЗ завтрак 1-4 класс

ЭЦ-280, Б-7, Ж-14, У-32, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-1604, К-278, Са-150, Mg-68, P-224, Fe-2	.200/6	Каша геркулесовая с маслом	22-44
ЭЦ-141, Б-3, Ж-1, У-31, Вит.РР-1, На-146, К-62, Са-8, Mg-6, P-26, Fe-1	.031,25/25	Бутерброд с джемом	24-01
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-228, Б-2, Ж-13, У-25	.1шт.	Батончик "Хрутка"	22-33
ЭЦ-69, Б-1, У-17, Вит.С-1, На-1, К-12, Са-1	.1шт	Яблоко	13-80
ЭЦ-861, Б-16, Ж-28, У-138, Вит.С-2, Вит.РР-2, На-1933, К-411, Са-171, Mg-83, P-282, Fe-4			

ОВЗ обед 1-4 класс

ЭЦ-77, Б-1, Ж-6, У-5, Вит.С-17, На-470, К-88, Са-25, Mg-8, P-19	.060	Салат "Здоровье"	11-56
ЭЦ-122, Б-2, Ж-6, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, На-808, К-391, Са-27, Mg-22, P-55, Fe-1	.200/6	Рассольник Ленинградский со сметаной	17-05
ЭЦ-208, Б-10, Ж-14, У-9, Вит.А-4, Вит.В2-1, Вит.С-15, Вит.РР-4, На-58, К-167, Са-19, Mg-15, P-166, Fe-3	.063/30	Запеканка из печени с рисом, соусом	42-12
ЭЦ-156, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, На-1209, К-764, Са-53, Mg-34, P-99, Fe-1	.150	Картофельное пюре	22-65
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-683, Б-19, Ж-32, У-77, Вит.А-5, Вит.В2-1, Вит.С-99, Вит.РР-11, На-2726, К-1444, Са-131, Mg-84, P-363, Fe-5			195

родительская плата

ЭЦ-280, Б-7, Ж-14, У-32, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-1604, К-278, Са-150, Mg-68, P-224, Fe-2	.200/5	Каша геркулесовая с маслом	21-95
ЭЦ-141, Б-3, Ж-1, У-31, Вит.РР-1, На-146, К-62, Са-8, Mg-6, P-26, Fe-1	.031,25/25	Бутерброд с джемом	24-01
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-478, Б-10, Ж-15, У-78, Вит.С-1, Вит.РР-2, На-1751, К-365, Са-163, Mg-78, P-258, Fe-4			50

ОВЗ завтрак 1-4 класс (безмолочн.)

ЭЦ-457, Б-19, Ж-24, У-41, Вит.А-5, Вит.С-4, Вит.РР-5, На-78, К-442, Са-42, Mg-68, P-246, Fe-2	.050/150	Плов по - узбекски	68-79
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из кураги	17-83
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-666, Б-23, Ж-24, У-90, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-6, На-263, К-511, Са-81, Mg-94, P-299, Fe-3			

ОВЗ обед 1-4 класс (безмолочн.)

ЭЦ-77, Б-1, Ж-6, У-5, Вит.С-17, На-470, К-88, Са-25, Mg-8, P-19	.060	Салат "Здоровье"	12-68
ЭЦ-121, Б-2, Ж-6, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-1, На-819, К-411, Са-33, Mg-23, P-67, Fe-1	.200/15	Рассольник Ленинг. с тушенкой	25-71
ЭЦ-211, Б-10, Ж-14, У-9, Вит.А-4, Вит.В2-1, Вит.С-15, Вит.РР-4, На-59, К-170, Са-19, Mg-15, P-169, Fe-3	.064	Запеканка из печени с рисом	39-99
ЭЦ-211, Б-5, Ж-5, У-35, Вит.РР-1, На-2034, К-64, Са-30, Mg-9, P-49, Fe-1	.150	Макаронные изделия отварные	15
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	2-38
ЭЦ-740, Б-21, Ж-31, У-90, Вит.А-5, Вит.В2-1, Вит.С-74, Вит.РР-10, На-3563, К-767, Са-114, Mg-60, P-328, Fe-5			195

Руководитель

Зав. производством

04 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-873, Б-16, Ж-50, У-60, Вит.А-7, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-28, К-258, Са-50, Mg-68, P-163, Fe-1	.055/200	Плов по - узбекски	80-42
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/20	Бутерброд с сыром	21-37
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	17-83
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-1218, Б-25, Ж-54, У-127, Вит.А-8, Вит.С-7, Вит.РР-3, Na-461, К-375, Са-219, Mg-104, P-306, Fe-2			122

ОВЗ завтрак 5-11 класс

ЭЦ-350, Б-9, Ж-17, У-39, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-2005, К-347, Са-188, Mg-86, P-280, Fe-2	.250/11	Каша геркулесовая с маслом	33-13
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный 2 кус.	4-76
ЭЦ-228, Б-2, Ж-13, У-25	.1шт.	Батончик "Хрутка"	22-33
ЭЦ-69, Б-1, У-17, Вит.С-1, Na-1, К-12, Са-1	.1шт	Яблоко	13-80
ЭЦ-876, Б-18, Ж-31, У-131, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-2369, К-451, Са-209, Mg-100, P-335, Fe-4			

ОВЗ обед 5-11 класс

ЭЦ-153, Б-2, Ж-8, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-1010, К-488, Са-34, Mg-27, P-69, Fe-1	.250/15	Рассольник Ленинградский со сметаной	23-94
ЭЦ-873, Б-16, Ж-50, У-60, Вит.А-7, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-28, К-258, Са-50, Mg-68, P-163, Fe-1	.055/200	Плов по - узбекски	80-42
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/20	Бутерброд с сыром	21-37
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	17-83
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-1371, Б-27, Ж-62, У-144, Вит.А-9, Вит.С-24, Вит.РР-4, Na-1471, К-863, Са-253, Mg-131, P-375, Fe-3			224

Руководитель

Зав.производством