

Меню Школа № 9

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
1-4 класс			
ЭЦ-178, Б-8, Ж-10, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-795, К-375, Са-20, Mg-20, P-51, Fe-1	.200/6	Суп рыбный с картофелем и крупой	16-22
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.	7-20
ЭЦ-376, Б-8, Ж-26, У-4, Вит.С-3, Na-2, К-57, Са-4, Mg-4, P-10	.045/45	Гуляш	50-14
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	19-14
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-1112, Б-33, Ж-53, У-104, Вит.А-6, Вит.С-20, Вит.РР-3, Na-1855, К-992, Са-201, Mg-207, P-420, Fe-6			106

ОВЗ завтрак 1-4 класс

ЭЦ-255, Б-7, Ж-9, У-36, Вит.С-1, Na-393, К-131, Са-111, Mg-13, P-82	.180/9	Каша ячневая с маслом сливочным	21-09
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	20-46
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-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/шт	Йогурт фруктовый	23-89
	.1шт./30г	Пирожное "Чоко пай"	17-14

ЭЦ-590, Б-17, Ж-14, У-101, Вит.С-1, Na-721, К-223, Са-129, Mg-26, P-137, Fe-1

ОВЗ обед 1-4 класс

ЭЦ-178, Б-8, Ж-10, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-795, К-375, Са-20, Mg-20, P-51, Fe-1	.200/6	Суп рыбный с картофелем и крупой	16-22
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.	7-20
ЭЦ-376, Б-8, Ж-26, У-4, Вит.С-3, Na-2, К-57, Са-4, Mg-4, P-10	.045/45	Гуляш	50-14
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	19-14
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-1112, Б-33, Ж-53, У-104, Вит.А-6, Вит.С-20, Вит.РР-3, Na-1855, К-992, Са-201, Mg-207, P-420, Fe-6			195

родительская плата

ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	23-12
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	20-46
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-518, Б-13, Ж-11, У-91, Вит.С-1, Na-765, К-237, Са-141, Mg-27, P-146, Fe-1			50

ОВЗ завтрак 1-4 класс (безмолочн.)

ЭЦ-82, Б-1, Ж-8, У-2, Вит.С-8, Na-62, К-110, Са-13, Mg-10, P-24	.057	Салат из св. помидоров, огурцов	19-80
ЭЦ-231, Б-11, Ж-15, У-10, Вит.А-4, Вит.В2-1, Вит.С-16, Вит.РР-4, Na-65, К-186, Са-21, Mg-16, P-184, Fe-3	.070	Запеканка из печени с рисом	44-32
ЭЦ-187, 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-623, Б-18, Ж-29, У-69, Вит.А-4, Вит.В2-1, Вит.С-54, Вит.РР-6, Na-351, К-1207, Са-61, Mg-70, P-327, Fe-5			

ОВЗ обед 1-4 класс (безмолочн.)

ЭЦ-178, Б-8, Ж-10, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-795, К-375, Са-20, Mg-20, P-51, Fe-1	.200/10	Суп рыбный с картофелем и крупой	20-16
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.	7-20
ЭЦ-376, Б-8, Ж-26, У-4, Вит.С-3, Na-2, К-57, Са-4, Mg-4, P-10	.045/45	Гуляш	50-14
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	15-01
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-1114, Б-30, Ж-49, У-115, Вит.А-7, Вит.С-20, Вит.РР-4, Na-1809, К-881, Са-113, Mg-214, P-359, Fe-7			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 в питания
--	-------	--------------------	------------------------

5-11 класс

ЭЦ-264, Б-13, Ж-17, У-12, Вит.А-5, Вит.В2-1, Вит.С-19, Вит.РР-5, Na-74, К-212, Са-24, Mg-19, P-211, Fe-4	.080/30	<i>Запеканка из печени с рисом, соусом</i>	62-50
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	<i>Картофельное пюре</i>	27-18
ЭЦ-78, Б-1, Ж-7, У-2, Вит.С-8, Na-59, К-104, Са-13, Mg-9, P-22	.054	<i>Салат из св. помидоров, огурцов</i>	18-83
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	<i>Компот из чернослив</i>	11-11
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-738, Б-22, Ж-31, У-89, Вит.А-6, Вит.В2-1, Вит.С-59, Вит.РР-8, Na-1769, К-1302, Са-140, Mg-94, P-405, Fe-7			122

ОВЗ завтрак 5-11 класс

ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, К-181, Са-154, Mg-18, P-114	.250/10	<i>Каша ячневая с маслом сливочным</i>	26-43
ЭЦ-92, Б-3, Ж-1, У-18, Na-146, К-33, Са-6, Mg-4, P-23	.031,25/20	<i>Бутерброд с маслом шоколадным</i>	25-08
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
	.шт./30г	<i>Пирожное "Чоко пай"</i>	17-14
ЭЦ-589, Б-15, Ж-14, У-101, Вит.С-2, Na-874, К-273, Са-172, Mg-31, P-169, Fe-1			

ОВЗ обед 5-11 класс

ЭЦ-223, Б-10, Ж-12, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-993, К-469, Са-25, Mg-26, P-64, Fe-1	.250/15	<i>Суп рыбный с картофелем и крупой</i>	26-93
ЭЦ-264, Б-13, Ж-17, У-12, Вит.А-5, Вит.В2-1, Вит.С-19, Вит.РР-5, Na-74, К-212, Са-24, Mg-19, P-211, Fe-4	.080/30	<i>Запеканка из печени с рисом, соусом</i>	62-50
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	<i>Картофельное пюре</i>	27-18
ЭЦ-78, Б-1, Ж-7, У-2, Вит.С-8, Na-59, К-104, Са-13, Mg-9, P-22	.054	<i>Салат из св. помидоров, огурцов</i>	18-83
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	<i>Компот из чернослива</i>	11-11
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-961, Б-32, Ж-43, У-106, Вит.А-7, Вит.В2-1, Вит.С-76, Вит.РР-9, Na-2762, К-1771, Са-165, Mg-120, P-469, Fe-8			224

Руководитель

Зав. производством



