

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-81, Б-1, Ж-6, У-6, Вит.С-5, Na-914, К-195, Са-34, Mg-15, P-29, Fe-1 | .070 | Салат из свеклы с р/маслом | 8-55 |
| ЭЦ-248, Б-18, Ж-16, У-8, Вит.С-1, Na-1993, К-51, Са-38, Mg-9, P-49, Fe-1 | .085/50 | Суфле Рыбка с соусом | 60-50 |
| 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 | Картофельное пюре | 23-65 |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24 | .1к/31,25г | Хлеб витаминный | 2-38 |
| 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-723, Б-30, Ж-33, У-78, Вит.С-38, Вит.РР-2, Na-4589, К-1343, Са-263, Mg-83, P-311, 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 | .118/3 | Омлет натуральный | 37 |
| 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 | 2-38 |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1 | .200/15 | Чай с сахаром | 4-04 |
| ЭЦ-448, Б-19, Ж-15, У-59, Na-491, К-221, Са-97, Mg-23, P-222, Fe-3 | | | |

ОВЗ обед 1-4 класс

| | | | |
|---|------------|------------------------------------|--------|
| ЭЦ-142, Б-5, Ж-9, У-10, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-2, Na-65, К-343, Са-32, Mg-22, P-74, Fe-1 | .200/20/10 | Суп из овощей с тушенкой, сметаной | 29-04 |
| ЭЦ-81, Б-1, Ж-6, У-6, Вит.С-5, Na-914, К-195, Са-34, Mg-15, P-29, Fe-1 | .070 | Салат из свеклы с р/маслом | 8-55 |
| ЭЦ-248, Б-18, Ж-16, У-8, Вит.С-1, Na-1993, К-51, Са-38, Mg-9, P-49, Fe-1 | .085/50 | Суфле Рыбка с соусом | 60-50 |
| 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 | Картофельное пюре | 23-65 |
| 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-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-865, Б-35, Ж-42, У-88, Вит.А-1, Вит.С-57, Вит.РР-4, Na-4654, К-1686, Са-295, Mg-105, P-385, Fe-5 | | | 195-00 |

ОВЗ 1-4 класс завтрак (безмолочн..)

| | | | |
|---|------------|--------------------------------|-------|
| ЭЦ-327, Б-17, Ж-26, У-7, Вит.С-5, Вит.РР-7, Na-1229, К-260, Са-37, Mg-23, P-169, Fe-2 | .50/50 | Венгерский гуляш из филе птицы | 63-80 |
| 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-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-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1 | .200/15 | Чай с сахаром № 685 | 4-04 |
| ЭЦ-748, Б-29, Ж-33, У-84, Вит.С-5, Вит.РР-8, Na-1994, К-591, Са-69, Mg-175, P-416, Fe-8 | | | |

ОВЗ 1-4 класс обед (безмолочн..)

| | | | |
|--|------------|-----------------------------------|-------|
| ЭЦ-142, Б-5, Ж-9, У-10, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-2, Na-65, К-343, Са-32, Mg-22, P-74, Fe-1 | .200/20 | Суп из овощей с тушенкой | 25-86 |
| ЭЦ-69, Б-1, Ж-5, У-5, Вит.С-4, Na-783, К-167, Са-29, Mg-13, P-25, Fe-1 | .060 | Салат из свеклы с р/маслом | 7-33 |
| ЭЦ-234, Б-16, Ж-15, У-8, Вит.С-1, Na-1876, К-48, Са-36, Mg-9, P-46, Fe-1 | .080/50 | Суфле Рыбка с соусом | 46-96 |
| 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. | 15-02 |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24 | .1к/31,25г | Хлеб витаминный | 2-38 |
| ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1 | 0.200 | Компот из сливы | 12-22 |
| ЭЦ-832, Б-28, Ж-35, У-99, Вит.А-1, Вит.С-61, Вит.РР-4, Na-2959, К-1571, Са-127, Mg-88, P-261, Fe-5 | | | 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 питания |
|--|-------|--------------------|-------------------|
|--|-------|--------------------|-------------------|

5-11 класс

| | | | |
|---|-----------|--|-------|
| ЭЦ-327, Б-17, Ж-26, У-7, Вит.С-5, Вит.РР-7, Na-1229, К-260, Са-37, Mg-23, P-169, Fe-2 | .50/50 | <i>Венгерский гуляш из филе птицы</i> | 64-27 |
| ЭЦ-348, Б-12, Ж-8, У-56, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-829, К-362, Са-32, Mg-179, P-280, Fe-6 | .180/30 | <i>Каша гречневая рассыпчатая с зеленым горошком</i> | 39-36 |
| 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 | <i>Хлеб витаминный</i> | 4-76 |
| ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1 | 0.200 | <i>Компот из сливы</i> | 13-61 |
| | | | 122 |
| ЭЦ-981, Б-35, Ж-35, У-132, Вит.С-16, Вит.РР-10, Na-2432, К-816, Са-92, Mg-216, P-501, Fe-10 | | | |

ОВЗ завтрак 5-11 класс

| | | | |
|---|-----------|--------------------------|-------|
| ЭЦ-186, Б-12, Ж-15, У-2, Na-309, К-162, Са-85, Mg-14, P-190, Fe-2 | .118/5 | <i>Омлет натуральный</i> | 39-13 |
| ЭЦ-119, Б-4, У-24 | 1шт | <i>Вафли "Боярушка"</i> | 16-54 |
| 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 | <i>Хлеб витаминный</i> | 4-76 |
| 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-534, Б-22, Ж-16, У-76, Вит.РР-1, Na-672, К-254, Са-105, Mg-28, P-245, Fe-4 | | | |

ОВЗ обед 5-11 класс

| | | | |
|---|------------|--|-------|
| ЭЦ-178, Б-6, Ж-12, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-81, К-428, Са-40, Mg-28, P-93, Fe-1 | .250/25/10 | <i>Суп из овощей с тушенкой, сметаной</i> | 37-53 |
| ЭЦ-327, Б-17, Ж-26, У-7, Вит.С-5, Вит.РР-7, Na-1229, К-260, Са-37, Mg-23, P-169, Fe-2 | .50/50 | <i>Венгерский гуляш из филе птицы</i> | 64-27 |
| ЭЦ-348, Б-12, Ж-8, У-56, Вит.С-4, Вит.РР-2, Na-829, К-362, Са-32, Mg-179, P-280, Fe-6 | .180/30 | <i>Каша гречневая рассыпчатая с зеленым горошком</i> | 39-36 |
| 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 | <i>Хлеб витаминный</i> | 4-76 |
| ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1 | 0.200 | <i>Компот из сливы</i> | 13-61 |
| | | | 224 |
| ЭЦ-1159, Б-41, Ж-47, У-144, Вит.А-1, Вит.С-40, Вит.РР-12, Na-2513, К-1244, Са-132, Mg-244, P-594, Fe-11 | | | |

Руководитель

Зав. производством