

Меню Школа № 9 дети 1-4 класс

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
--	-------	--------------------	-------------------

1-4 класс

ЭЦ-83, Б-1, Ж-6, У-7, Вит.С-14, Na-124, К-123, Са-23, Mg-10, P-20, Fe-1	.060	Салат из свежей капусты с вареной свеклой	7-45
ЭЦ-20, Ж-1, У-2, Вит.С-1, Na-120, К-24, Са-3, Mg-2, P-5	0.030	Соус основной красный	2-52
ЭЦ-212, Б-13, Ж-16, У-4, Вит.РР-5, Na-71, К-141, Са-37, Mg-16, P-135, Fe-1	0.060	Суфле из цыпленка бройлерного	65-27
ЭЦ-216, Б-5, Ж-5, У-37, Вит.РР-1, Na-2034, К-66, Са-30, Mg-10, P-51, Fe-1	.150	Макаронные изделия отварные	15
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	13-38
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-751, Б-22, Ж-28, У-102, Вит.С-22, Вит.РР-6, Na-2542, К-515, Са-108, Mg-47, P-240, Fe-4			106

ОВЗ завтрак 1-4 класс

ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/10	Каша рисовая с маслом	28-02
ЭЦ-141, Б-3, Ж-1, У-31, Вит.РР-1, Na-146, К-62, Са-8, Mg-6, P-26, Fe-1	.031,25/30	Бутерброд с джемом	28-41
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-80
ЭЦ-530, Б-11, Ж-15, У-91, Вит.С-2, Вит.РР-2, Na-616, К-353, Са-203, Mg-54, P-239, 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	.200/10/7	Суп из овощей с тушенкой, сметаной	23-77
ЭЦ-83, Б-1, Ж-6, У-7, Вит.С-14, Na-124, К-123, Са-23, Mg-10, P-20, Fe-1	.060	Салат из свежей капусты с вареной свеклой	7-45
ЭЦ-20, Ж-1, У-2, Вит.С-1, Na-120, К-24, Са-3, Mg-2, P-5	0.030	Соус основной красный	2-52
ЭЦ-212, Б-13, Ж-16, У-4, Вит.РР-5, Na-71, К-141, Са-37, Mg-16, P-135, Fe-1	0.060	Суфле из цыпленка бройлерного	65-27
ЭЦ-216, Б-5, Ж-5, У-37, Вит.РР-1, Na-2034, К-66, Са-30, Mg-10, P-51, Fe-1	.150	Макаронные изделия отварные	15
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	13-38
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-893, Б-27, Ж-37, У-112, Вит.А-1, Вит.С-41, Вит.РР-8, Na-2607, К-858, Са-140, Mg-69, P-314, Fe-5			195

ОВЗ 1-4 класс завтрак (безмолочн..)

ЭЦ-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5, Na-52, К-1096, Са-27, Mg-48, P-118, Fe-2	.050/150	Жаркое по-домашнему	61-11
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-517, Б-22, Ж-18, У-64, Вит.С-42, Вит.РР-5, Na-234, К-1155, Са-39, Mg-57, P-150, Fe-3			

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	.200/10	Суп из овощей с тушенкой	21-47
ЭЦ-83, Б-1, Ж-6, У-7, Вит.С-14, Na-124, К-123, Са-23, Mg-10, P-20, Fe-1	.060	Салат из свежей капусты с вареной свеклой	7-45
ЭЦ-20, Ж-1, У-2, Вит.С-1, Na-120, К-24, Са-3, Mg-2, P-5	0.030	Соус основной красный	2-52
ЭЦ-212, Б-13, Ж-16, У-4, Вит.РР-5, Na-71, К-141, Са-37, Mg-16, P-135, Fe-1	0.060	Суфле из цыпленка бройлерного	65-27
ЭЦ-216, Б-5, Ж-5, У-37, Вит.РР-1, Na-2034, К-66, Са-30, Mg-10, P-51, Fe-1	.150	Макаронные изделия отварные	15
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	13-38
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-893, Б-27, Ж-37, У-112, Вит.А-1, Вит.С-41, Вит.РР-8, Na-2607, К-858, Са-140, Mg-69, P-314, Fe-5			195

Руководитель

Зав. производством

08 Сентября 2023 г.

Меню Школа № 9 дети 5-11 класс

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
--	-------	--------------------	-------------------

5-11 класс

ЭЦ-14, Б-1, У-3, Вит.С-10, На-8, К-141, Са-23, Mg-14, P-42, Fe-1	.100	<i>Нарезка овощная (огурец)</i>	19-75
ЭЦ-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5, На-52, К-1096, Са-27, Mg-48, P-118, Fe-2	.050/200	<i>Жаркое по-домашнему</i>	87-25
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	<i>Напиток Витошка</i>	10-24
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, На-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	<i>Хлеб витаминный</i>	4-76
ЭЦ-594, Б-26, Ж-19, У-78, Вит.С-80, Вит.РР-10, На-422, К-1304, Са-65, Mg-72, P-207, Fe-4			122

ОВЗ завтрак 5-11 класс

ЭЦ-379, Б-7, Ж-15, У-53, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-554, К-242, Са-162, Mg-46, P-200, Fe-1	.250/10	<i>Каша рисовая с маслом</i>	32-35
ЭЦ-141, Б-3, Ж-1, У-31, Вит.РР-1, На-146, К-62, Са-8, Mg-6, P-26, Fe-1	.031,25/30	<i>Бутерброд с джемом</i>	28-41
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	8-80
ЭЦ-606, Б-12, Ж-18, У-101, Вит.С-3, Вит.РР-2, На-726, К-402, Са-235, Mg-63, P-279, Fe-3			

ОВЗ обед 5-11 класс

ЭЦ-178, Б-6, Ж-12, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, На-81, К-428, Са-40, Mg-28, P-93, Fe-1	.250/15/10	<i>Суп из овощей с тушенкой, сметаной</i>	32-44
ЭЦ-14, Б-1, У-3, Вит.С-10, На-8, К-141, Са-23, Mg-14, P-42, Fe-1	.100	<i>Нарезка овощная (огурец)</i>	19-75
ЭЦ-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5, На-52, К-1096, Са-27, Mg-48, P-118, Fe-2	.050/200	<i>Жаркое по-домашнему</i>	87-25
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	<i>Напиток Витошка</i>	10-24
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, На-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	<i>Хлеб витаминный</i>	4-76
ЭЦ-772, Б-32, Ж-31, У-90, Вит.А-1, Вит.С-104, Вит.РР-12, На-503, К-1732, Са-105, Mg-100, P-300, Fe-5			224

Руководитель _____

Зав. производством _____