

Меню Школа № 9

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

1-4 класс

ЭЦ-136, Б-6, Ж-7, У-10, Вит.А-1, Вит.С-7, Вит.РР-1, Na-639, К-317, Са-51, Mg-26, P-80, Fe-1	.200/10/6	Борщ из св. капусты с тушенкой, смет.	23-95
ЭЦ-77, Б-1, Ж-6, У-5, Вит.С-17, Na-470, К-88, Са-25, Mg-8, P-19	.060	Салат "Здоровье"	8-11
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	44-46
ЭЦ-156, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, К-764, Са-53, Mg-33, P-99, Fe-1	.150	Картофельное пюре	19-71
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 сухофруктов	7-39
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-812, Б-30, Ж-34, У-94, Вит.А-2, Вит.С-52, Вит.РР-4, Na-4379, К-1286, Са-204, Mg-102, P-297, Fe-4			106

ОВЗ завтрак 1-4 класс

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	23-53
ЭЦ-92, Б-3, Ж-1, У-18, Na-146, К-33, Са-6, Mg-4, P-23	.031,25/10	Бутерброд с маслом шоколадным	20-05
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	2-38
ЭЦ-152, Б-4, Ж-4, У-25, Вит.РР-1, Na-166, К-54, Са-11, Mg-7, P-41, Fe-1	.077	Пирожок с капустой печеный	12-72
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-740, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый	26-28
ЭЦ-808, Б-19, Ж-18, У-143, Вит.А-13000, Вит.С-41, Вит.РР-3, Na-951, К-1032, Са-352, Mg-134, P-367, Fe-4			

ОВЗ обед 1-4 класс

ЭЦ-136, Б-6, Ж-7, У-10, Вит.А-1, Вит.С-7, Вит.РР-1, Na-639, К-317, Са-51, Mg-26, P-80, Fe-1	.200/10/6	Борщ из св. капусты с тушенкой, смет.	23-95
ЭЦ-77, Б-1, Ж-6, У-5, Вит.С-17, Na-470, К-88, Са-25, Mg-8, P-19	.060	Салат "Здоровье"	8-11
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	44-46
ЭЦ-156, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, К-764, Са-53, Mg-33, P-99, Fe-1	.150	Картофельное пюре	19-71
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 сухофруктов	7-39
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-812, Б-30, Ж-34, У-94, Вит.А-2, Вит.С-52, Вит.РР-4, Na-4379, К-1286, Са-204, Mg-102, P-297, Fe-4			195

родительская плата

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	23-53
ЭЦ-92, Б-3, Ж-1, У-18, Na-146, К-33, Са-6, Mg-4, P-23	.031,25/10	Бутерброд с маслом шоколадным	20-05
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	2-38
ЭЦ-564, Б-15, Ж-14, У-95, Вит.С-1, Na-765, К-238, Са-141, Mg-27, P-146, Fe-1			50

ОВЗ 1-4 класс завтрак (без содержания коровьего белка)

ЭЦ-475, Б-20, Ж-25, У-42, Вит.А-5, Вит.С-4, Вит.РР-5, Na-81, К-460, Са-43, Mg-70, P-256, Fe-2	.202	Плов по - узбекски	82-58
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	2-38
ЭЦ-618, Б-23, Ж-25, У-75, Вит.А-5, Вит.С-4, Вит.РР-5, Na-263, К-519, Са-55, Mg-79, P-288, Fe-3			

ОВЗ 1-4 класс обед (без содержания коровьего белка)

ЭЦ-134, Б-4, Ж-8, У-11, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-792, К-284, Са-43, Mg-20, P-46, Fe-1	.200/18	Борщ из св. капусты с тушенкой	23-96
ЭЦ-77, Б-1, Ж-6, У-5, Вит.С-17, Na-470, К-88, Са-25, Mg-8, P-19	.060	Салат "Здоровье"	8-11
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	44-45
ЭЦ-156, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, К-764, Са-53, Mg-33, P-99, Fe-1	.150	Картофельное пюре	19-71
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 сухофруктов	7-39
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-810, Б-28, Ж-35, У-95, Вит.А-2, Вит.С-62, Вит.РР-4, Na-4532, К-1253, Са-196, Mg-96, P-263, Fe-4			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-78, Б-1, Ж-7, У-3, Вит.А-483, Вит.С-4, Na-320, К-160, Са-23, Mg-8, P-16	.050	Икра кабачковая "Веган"	18-81
ЭЦ-794, Б-14, Ж-45, У-54, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-26, К-235, Са-46, Mg-61, P-148, Fe-1	.050/200	Плов по - узбекски	84-89
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	15-92
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-1107, Б-21, Ж-57, У-100, Вит.А-489, Вит.С-10, Вит.РР-2, Na-577, К-576, Са-196, Mg-88, P-278, Fe-1			122

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	23-53
ЭЦ-92, Б-3, Ж-1, У-18, Na-146, К-33, Са-6, Mg-4, P-23	.031,25/10	Бутерброд с маслом шоколадным	20-05
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-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, К-740, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый	26-28
ЭЦ-656, Б-15, Ж-14, У-118, Вит.А-13000, Вит.С-41, Вит.РР-2, Na-785, К-978, Са-341, Mg-127, P-326, Fe-3			

ОВЗ обед 5-11 класс

ЭЦ-170, Б-8, Ж-8, У-12, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-799, К-396, Са-63, Mg-33, P-99, Fe-2	.250/10/10	Борщ из св. капусты с тушенкой, смет.	25-72
ЭЦ-78, Б-1, Ж-7, У-3, Вит.А-483, Вит.С-4, Na-320, К-160, Са-23, Mg-8, P-16	.050	Икра кабачковая "Веган"	18-81
ЭЦ-794, Б-14, Ж-45, У-54, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-26, К-235, Са-46, Mg-61, P-148, Fe-1	.050/200	Плов по - узбекски	84-89
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	15-92
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-1277, Б-29, Ж-65, У-112, Вит.А-490, Вит.С-19, Вит.РР-3, Na-1376, К-972, Са-259, Mg-121, P-377, Fe-3			224

Руководитель

Зав. производством