

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-189, Б-8, Ж-10, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-481, К-265, Са-22, Mg-14, P-38, Fe-1 | .200/10 | Суп карт. с горохом, тушенкой | 14-74 |
| ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, Na-469, К-60, Са-20, Mg-6, P-11 | .060 | Салат из свежей капусты | 5-87 |
| 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 | 14-84 |
| ЭЦ-260, Б-14, Ж-16, У-15, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-2151, К-114, Са-37, Mg-12, P-41, Fe-1 | .072/50 | Тефтели с соусом | 58-34 |
| ЭЦ-96, У-25, Вит.С-8, К-23, Mg-1 | .200 | Напиток лимонный | 9-83 |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24 | .1к/31,25г | Хлеб витаминный | 2-38 |
| | | | 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 | 24-91 |
| ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90 | .031,25/20 | Бутерброд с сыром | 21-05 |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1 | .200/15 | Чай с сахаром | 4-04 |
| ЭЦ-456, Б-11, Ж-25, У-46, Вит.РР-1, Na-105, К-109, Са-78, Mg-17, P-141, Fe-1 | .110 | Ватрушка Лакомка | 39 |
| ЭЦ-978, Б-25, Ж-42, У-123, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-791, К-328, Са-336, Mg-45, P-330, Fe-2 | | | |

ОВЗ обед 1-4 класс

| | | | |
|--|------------|-------------------------------|------------|
| ЭЦ-189, Б-8, Ж-10, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-481, К-265, Са-22, Mg-14, P-38, Fe-1 | .200/10 | Суп карт. с горохом, тушенкой | 14-74 |
| ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, Na-469, К-60, Са-20, Mg-6, P-11 | .060 | Салат из свежей капусты | 5-87 |
| 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 | 14-84 |
| ЭЦ-260, Б-14, Ж-16, У-15, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-2151, К-114, Са-37, Mg-12, P-41, Fe-1 | .072/50 | Тефтели с соусом | 58-34 |
| ЭЦ-96, У-25, Вит.С-8, К-23, Mg-1 | .200 | Напиток лимонный | 9-83 |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24 | .1к/31,25г | Хлеб витаминный | 2-38 |
| ЭЦ-879, Б-31, Ж-33, У-116, Вит.А-2, Вит.С-31, Вит.РР-4, Na-5316, К-562, Са-116, Mg-48, P-165, Fe-3 | | | |
| | | | 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 | 24-91 |
| ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90 | .031,25/20 | Бутерброд с сыром | 21-05 |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1 | .200/15 | Чай с сахаром | 4-04 |
| ЭЦ-522, Б-14, Ж-17, У-77, Вит.С-1, Na-686, К-219, Са-258, Mg-28, P-189, Fe-1 | | | |
| | | | 50 |

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

| | | | |
|--|------------|----------------------------|-------|
| ЭЦ-394, Б-9, Ж-27, У-3, Вит.С-3, Na-2, К-58, Са-4, Mg-4, P-11 | .048/48 | Гуляш | 63-27 |
| 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 | 19-31 |
| 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 | 2-38 |
| ЭЦ-815, Б-21, Ж-34, У-80, Вит.С-3, Вит.РР-1, Na-767, К-389, Са-36, Mg-156, P-258, Fe-6 | | | |

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

| | | | |
|--|------------|-------------------------------|------------|
| ЭЦ-189, Б-8, Ж-10, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-481, К-265, Са-22, Mg-14, P-38, Fe-1 | .200/10 | Суп карт. с горохом, тушенкой | 14-74 |
| ЭЦ-32, Б-1, Ж-2, У-3, Вит.С-9, Na-469, К-60, Са-20, Mg-6, P-11 | .060 | Салат из свежей капусты | 5-87 |
| 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 | 14-84 |
| ЭЦ-260, Б-14, Ж-16, У-15, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-2151, К-114, Са-37, Mg-12, P-41, Fe-1 | .072/50 | Тефтели с соусом | 58-34 |
| ЭЦ-96, У-25, Вит.С-8, К-23, Mg-1 | .200 | Напиток лимонный | 9-83 |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24 | .1к/31,25г | Хлеб витаминный | 2-38 |
| ЭЦ-879, Б-31, Ж-33, У-116, Вит.А-2, Вит.С-31, Вит.РР-4, Na-5316, К-562, Са-116, Mg-48, P-165, Fe-3 | | | |
| | | | 195 |

Руководитель

Зав. производством

16 Октября 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-451, Б-10, Ж-31, У-4, Вит.С-3, Na-3, К-66, Са-5, Mg-4, P-12 | .055/55 | Гуляш | 72-45 |
| ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6 | .180 | Каша гречневая рассыпчатая | 23-17 |
| ЭЦ-95, Б-1, У-24, Вит.С-3, Na-9, К-180, Са-11, Mg-6, P-11 | .200 | Напиток из сока | 24 |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24 | .1к/31,25г | Хлеб витаминный | 2-38 |
| ЭЦ-966, Б-25, Ж-39, У-99, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-893, К-607, Са-48, Mg-187, P-305, Fe-6 | | | 122 |

ОВЗ завтрак 5-11 класс

| | | | |
|---|------------|-----------------------------------|-------|
| ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, Na-546, К-182, Са-154, Mg-18, P-114 | .250/10 | Каша пшеничная с маслом сливочным | 28-47 |
| ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90 | .031,25/25 | Бутерброд с сыром | 25-81 |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1 | .200/15 | Чай с сахаром | 4-04 |
| ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14 | .125/шт | Йогурт фруктовый | 23-89 |
| ЭЦ-704, Б-20, Ж-24, У-102, Вит.С-2, Na-795, К-255, Са-289, Mg-32, P-212, Fe-1 | | | |

ОВЗ обед 5-11 класс

| | | | |
|---|------------|-------------------------------|-------|
| ЭЦ-236, Б-10, Ж-13, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, К-331, Са-27, Mg-18, P-47, Fe-1 | .250/14 | Суп карт. с горохом, тушенкой | 19-79 |
| ЭЦ-451, Б-10, Ж-31, У-4, Вит.С-3, Na-3, К-66, Са-5, Mg-4, P-12 | .055/55 | Гуляш | 72-45 |
| ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6 | .180 | Каша гречневая рассыпчатая | 23-17 |
| ЭЦ-95, Б-1, У-24, Вит.С-3, Na-9, К-180, Са-11, Mg-6, P-11 | .200 | Напиток из сока | 24 |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24 | .1к/31,25г | Хлеб витаминный | 2-38 |
| ЭЦ-1202, Б-35, Ж-52, У-122, Вит.А-1, Вит.С-18, Вит.РР-3, Na-1495, К-938, Са-75, Mg-205, P-352, Fe-7 | | | 224 |

Руководитель

Зав.производством