

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-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-122, Б-2, Ж-6, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-808, К-391, Са-27, Mg-22, P-55, Fe-1 | .200/6 | Рассольник Ленинградский со сметаной | 16-99 |
| ЭЦ-263, Б-19, Ж-17, У-9, Вит.С-1, Na-2111, К-54, Са-41, Mg-10, P-52, Fe-1 | .090/50 | Суфле Рыбка с соусом | 47-19 |
| 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-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4 | .200 | Напиток Витошка | 10-24 |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24 | .1к31,25г | Хлеб витаминный | 2-38 |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24 | .1к31,25г | Хлеб народный | 2-16 |
| ЭЦ-816, Б-31, Ж-34, У-95, Вит.А-1, Вит.С-72, Вит.РР-7, Na-5273, К-1444, Са-164, Mg-88, P-279, Fe-4 | | | 106 |

ОВЗ завтрак 1-4 класс

| | | | |
|--|------------|------------------------------|-------|
| ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1 | .1шт | Яйцо отварное | 12-80 |
| ЭЦ-280, Б-7, Ж-14, У-32, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-1604, К-278, Са-150, Mg-68, P-224, Fe-2 | .200/10 | Каша геркулесовая с маслом | 24 |
| ЭЦ-138, Б-3, Ж-6, У-18, Na-146, К-34, Са-7, Mg-4, P-24 | .031,25/12 | Бутерброд с маслом сливочным | 14-99 |
| 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 | 13-32 |
| ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14 | .125/1шт | Йогурт фруктовый | 23-89 |

ЭЦ-705, Б-23, Ж-33, У-84, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-1856, К-517, Са-300, Mg-91, P-419, Fe-3

ОВЗ обед 1-4 класс

| | | | |
|--|-----------|--------------------------------------|-------|
| 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-122, Б-2, Ж-6, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-808, К-391, Са-27, Mg-22, P-55, Fe-1 | .200/6 | Рассольник Ленинградский со сметаной | 16-99 |
| ЭЦ-263, Б-19, Ж-17, У-9, Вит.С-1, Na-2111, К-54, Са-41, Mg-10, P-52, Fe-1 | .090/50 | Суфле Рыбка с соусом | 47-19 |
| 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-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4 | .200 | Напиток Витошка | 10-24 |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24 | .1к31,25г | Хлеб витаминный | 2-38 |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24 | .1к31,25г | Хлеб народный | 2-16 |
| ЭЦ-816, Б-31, Ж-34, У-95, Вит.А-1, Вит.С-72, Вит.РР-7, Na-5273, К-1444, Са-164, Mg-88, P-279, Fe-4 | | | 195 |

родительская плата

| | | | |
|---|------------|------------------------------|-------|
| ЭЦ-280, Б-7, Ж-14, У-32, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-1604, К-278, Са-150, Mg-68, P-224, Fe-2 | .200/10 | Каша геркулесовая с маслом | 24 |
| ЭЦ-138, Б-3, Ж-6, У-18, Na-146, К-34, Са-7, Mg-4, P-24 | .031,25/10 | Бутерброд с маслом сливочным | 12-68 |
| 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 | 13-32 |
| ЭЦ-539, Б-14, Ж-24, У-70, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-1800, К-458, Са-277, Mg-86, P-338, Fe-2 | | | 50 |

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

| | | | |
|---|-----------|----------------------------|-------|
| 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 | 19-35 |
| ЭЦ-462, Б-10, Ж-32, У-4, Вит.С-3, Na-3, К-70, Са-5, Mg-5, P-13 | .046/46 | Гуляш из птицы | 63-23 |
| 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 |

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

| | | | |
|--|-----------|-----------------------------------|-------|
| 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-121, Б-2, Ж-6, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-1, Na-819, К-411, Са-33, Mg-23, P-67, Fe-1 | .200/10 | Рассольник Ленинг. с тушенкой | 20-42 |
| ЭЦ-263, Б-19, Ж-17, У-9, Вит.С-1, Na-2111, К-54, Са-41, Mg-10, P-52, Fe-1 | .090/50 | Суфле Рыбка с соусом | 47-19 |
| ЭЦ-181, Б-3, Ж-6, У-26, Вит.С-32, Вит.РР-2, Na-45, К-920, Са-16, Mg-37, P-94, Fe-1 | .162 | Картофель отварной с маслом раст. | 16-28 |
| ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4 | .200 | Напиток Витошка | 10-24 |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24 | .1к31,25г | Хлеб витаминный | 2-38 |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24 | .1к31,25г | Хлеб народный | 2-16 |
| ЭЦ-840, Б-31, Ж-34, У-99, Вит.А-1, Вит.С-79, Вит.РР-7, Na-4120, К-1620, Са-133, Mg-93, P-286, 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-12, Б-1, У-2, Вит.А-1, Вит.С-13, На-4, К-145, Са-7, Mg-10, P-13 | .050 | <i>Нарезка овощная (помидор)</i> | 16-80 |
| ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, На-3, К-76, Са-6, Mg-5, P-14 | .050/50 | <i>Гуляш из птицы</i> | 68-29 |
| ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, На-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6 | .180 | <i>Каша гречневая рассыпчатая</i> | 23-22 |
| ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, На-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1 | 0.200 | <i>Компот из яблок</i> | 11-31 |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24 | .1к/31,25г | <i>Хлеб витаминный</i> | 2-38 |
| ЭЦ-1068, Б-26, Ж-42, У-112, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, На-900, К-709, Са-53, Mg-196, P-314, Fe-7 | | | 122 |

ОВЗ завтрак 5-11 класс

| | | | |
|---|------------|-----------------------------------|-------|
| ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, На-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1 | .1шт | <i>Яйцо отварное</i> | 12-80 |
| ЭЦ-280, Б-7, Ж-14, У-32, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-1604, К-278, Са-150, Mg-68, P-224, Fe-2 | .200/9 | <i>Каша геркулесовая с маслом</i> | 22-93 |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24 | .1к/31,25г | <i>Хлеб витаминный</i> | 2-38 |
| ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90 | .200 | <i>Кофейный напиток с молоком</i> | 13-32 |
| ЭЦ-69, Б-1, У-17, Вит.С-1, На-1, К-12, Са-1 | 1шт | <i>Яблоко</i> | 25 |
| ЭЦ-622, Б-20, Ж-23, У-87, Вит.С-3, Вит.РР-1, На-1892, К-529, Са-301, Mg-92, P-419, Fe-3 | | | |

ОВЗ обед 5-11 класс

| | | | |
|--|------------|--|------------|
| ЭЦ-151, Б-3, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-1024, К-513, Са-41, Mg-29, P-83, Fe-1 | .250/10/6 | <i>Рассольник Ленинг. с тушенкой, сметаной</i> | 25-69 |
| ЭЦ-12, Б-1, У-2, Вит.А-1, Вит.С-13, На-4, К-145, Са-7, Mg-10, P-13 | .050 | <i>Нарезка овощная (помидор)</i> | 16-80 |
| ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, На-3, К-76, Са-6, Mg-5, P-14 | .050/50 | <i>Гуляш из птицы</i> | 68-29 |
| ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, На-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6 | .180 | <i>Каша гречневая рассыпчатая</i> | 23-22 |
| ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, На-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1 | 0.200 | <i>Компот из яблок</i> | 11-31 |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24 | .1к/31,25г | <i>Хлеб витаминный</i> | 2-38 |
| ЭЦ-1219, Б-29, Ж-50, У-130, Вит.А-2, Вит.С-41, Вит.РР-3, На-1924, К-1222, Са-94, Mg-225, P-397, Fe-8 | | | 224 |

Руководитель

Зав. производством


