

14 Ноября 2023 г.

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-73, Б-1, Ж-6, У-4, Вит.А-5, Вит.С-3, Вит.РР-1, Na-244, К-108, Са-30, Mg-21, P-30	.060	Морковь отварная с маслом раст.	7-26
ЭЦ-127, Б-5, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-1, Na-575, К-248, Са-40, Mg-17, P-41, Fe-1	.200/6	Щи из св. капусты со сметаной	9-63
ЭЦ-457, Б-19, Ж-24, У-41, Вит.А-5, Вит.С-4, Вит.РР-5, Na-78, К-442, Са-42, Mg-68, P-246, Fe-2	.050/150	Плов по - узбекски	76-34
ЭЦ-97, У-25, Вит.С-2, Na-3, К-35, Са-2, Mg-1, P-1	.200	Напиток яблочный	8-23
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-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-16
ЭЦ-926, Б-31, Ж-39, У-113, Вит.А-11, Вит.С-33, Вит.РР-7, Na-1262, К-901, Са-128, Mg-117, P-366, Fe-3			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-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	23-31
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/25	Бутерброд с сыром	24-96
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	.125/1шт	Йогурт фруктовый	23-89
ЭЦ-642, Б-21, Ж-23, У-87, Вит.С-1, Na-742, К-277, Са-281, Mg-33, P-270, Fe-2			

ОВЗ обед 1-4 класс

ЭЦ-159, Б-3, Ж-11, У-8, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-1, Na-576, К-253, Са-41, Mg-18, P-42, Fe-1	.200	Щи из свежей капусты с тушенкой	7-79
ЭЦ-91, Б-1, Ж-8, У-5, Вит.А-6, Вит.С-3, Вит.РР-1, Na-305, К-135, Са-37, Mg-26, P-38, Fe-1	.075	Морковь отварная с маслом раст.	9-10
ЭЦ-457, Б-19, Ж-24, У-41, Вит.А-5, Вит.С-4, Вит.РР-5, Na-78, К-442, Са-42, Mg-68, P-246, Fe-2	.050/150	Плов по - узбекски	76-34
ЭЦ-97, У-25, Вит.С-2, Na-3, К-35, Са-2, Mg-1, P-1	.200	Напиток яблочный	8-23
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-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-16
ЭЦ-976, Б-29, Ж-43, У-115, Вит.А-12, Вит.С-33, Вит.РР-7, Na-1324, К-933, Са-136, Mg-123, P-375, Fe-4			195

родительская плата

ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	23-31
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/23	Бутерброд с сыром	22-65
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04
ЭЦ-476, Б-12, Ж-14, У-73, Вит.С-1, Na-686, К-218, Са-258, Mg-28, P-189, Fe-1			50

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

ЭЦ-270, Б-16, Ж-18, У-11, Вит.С-2, Вит.РР-2, Na-205, К-90, Са-16, Mg-15, P-53, Fe-1	.06531/50	Котлета Школьная с соусом	66-58
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.	16
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-580, Б-22, Ж-24, У-68, Вит.С-32, Вит.РР-4, Na-429, К-1001, Са-43, Mg-59, P-172, Fe-3			

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

ЭЦ-159, Б-3, Ж-11, У-8, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-1, Na-576, К-253, Са-41, Mg-18, P-42, Fe-1	.200	Щи из свежей капусты	7-79
ЭЦ-91, Б-1, Ж-8, У-5, Вит.А-6, Вит.С-3, Вит.РР-1, Na-305, К-135, Са-37, Mg-26, P-38, Fe-1	.075	Морковь отварная с маслом раст.	9-10
ЭЦ-457, Б-19, Ж-24, У-41, Вит.А-5, Вит.С-4, Вит.РР-5, Na-78, К-442, Са-42, Mg-68, P-246, Fe-2	.050/150	Плов по - узбекски	76-34
ЭЦ-97, У-25, Вит.С-2, Na-3, К-35, Са-2, Mg-1, P-1	.200	Напиток яблочный	8-23
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-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-16
ЭЦ-976, Б-29, Ж-43, У-115, Вит.А-12, Вит.С-33, Вит.РР-7, Na-1324, К-933, Са-136, Mg-123, P-375, Fe-4			195

Руководитель

Зав. производством

14 Ноября 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-315, Б-18, Ж-21, У-13, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-239, К-105, Са-19, Mg-17, P-62, Fe-1	.076/50	<i>Котлета Школьная с соусом</i>	77-03
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	<i>Картофельное пюре</i>	24-66
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Какао с молоком</i>	17-93
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-38
ЭЦ-737, Б-28, Ж-33, У-82, Вит.С-35, Вит.РР-4, Na-1921, К-1203, Са-210, Mg-76, P-295, Fe-3			122

ОВЗ завтрак 5-11 класс

ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	<i>Яйцо отварное</i>	12-80
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, К-181, Са-154, Mg-18, P-114	.250/12	<i>Каша ячневая с маслом сливочным</i>	28-61
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/25	<i>Бутерброд с сыром</i>	28-78
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-613, Б-19, Ж-22, У-83, Вит.С-2, Na-851, К-313, Са-312, Mg-37, P-293, Fe-2			

ОВЗ обед 5-11 класс

ЭЦ-163, Б-5, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, Na-719, К-310, Са-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/20/10	<i>Щи из св.капусты с тушенкой, сметаной</i>	27-77
ЭЦ-315, Б-18, Ж-21, У-13, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-239, К-105, Са-19, Mg-17, P-62, Fe-1	.076/50	<i>Котлета Школьная с соусом</i>	77-03
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	<i>Картофельное пюре</i>	24-66
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Какао с молоком</i>	17-93
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-38
ЭЦ-900, Б-33, Ж-44, У-91, Вит.А-1, Вит.С-65, Вит.РР-5, Na-2640, К-1513, Са-260, Mg-97, P-346, Fe-4			224-00

Руководитель

Зав. производством