

**Меню Школа № 9**

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

**1-4 класс**

ЭЦ-28, Б-1, Ж-1, У-5, Вит.С-5, Na-32, К-156, Са-20, Mg-12, P-23, Fe-1	.060	Свекла отварная с маслом растительным	5-66
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	.200/5	Суп из овощей со сметаной	12-64
ЭЦ-471, Б-11, Ж-29, У-19, Вит.А-1, Вит.С-3, Na-3040, К-78, Са-39, Mg-9, P-31, Fe-1	.088/50	Биточки мясные с соусом	60-41
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-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	7-75
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-1152, Б-29, Ж-44, У-138, Вит.А-3, Вит.С-28, Вит.РР-4, Na-5537, К-746, Са-167, Mg-84, P-256, Fe-5			106

**ОВЗ завтрак 1-4 класс**

ЭЦ-186, Б-12, Ж-15, У-2, Na-309, К-162, Са-85, Mg-14, P-190, Fe-2	.118/5	Омлет натуральный с маслом сливочным	38-83
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-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	8-79
ЭЦ-243, Б-5, Ж-7, У-41, Na-24, К-77, Са-32, Mg-9, P-56, Fe-1	.070	Манник	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-693, Б-22, Ж-24, У-101, Вит.А-13000, Вит.С-41, Вит.РР-2, Na-560, К-1111, Са-389, Mg-139, P-503, Fe-6			

**ОВЗ обед 1-4 класс**

ЭЦ-28, Б-1, Ж-1, У-5, Вит.С-5, Na-32, К-156, Са-20, Mg-12, P-23, Fe-1	.060	Свекла отварная с маслом растительным	5-66
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	.200/5	Суп из овощей со сметаной	12-64
ЭЦ-471, Б-11, Ж-29, У-19, Вит.А-1, Вит.С-3, Na-3040, К-78, Са-39, Mg-9, P-31, Fe-1	.088/50	Биточки мясные с соусом	60-41
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-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	7-75
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-1152, Б-29, Ж-44, У-138, Вит.А-3, Вит.С-28, Вит.РР-4, Na-5537, К-746, Са-167, Mg-84, P-256, Fe-5			195

**родительская плата**

ЭЦ-186, Б-12, Ж-15, У-2, Na-309, К-162, Са-85, Mg-14, P-190, Fe-2	.118/5	Омлет натуральный с маслом сливочным	38-83
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	8-79
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-358, Б-17, Ж-17, У-37, Вит.С-1, Na-516, К-294, Са-157, Mg-30, P-267, Fe-3			50

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

ЭЦ-491, Б-13, Ж-29, У-17, Вит.С-99, Вит.РР-2, Na-31, К-451, Са-109, Mg-39, P-77, Fe-1	.150/50	Капуста тушеная с мясом	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-634, Б-16, Ж-29, У-50, Вит.С-99, Вит.РР-2, Na-213, К-510, Са-121, Mg-48, P-109, Fe-2			

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

ЭЦ-28, Б-1, Ж-1, У-5, Вит.С-5, Na-32, К-156, Са-20, Mg-12, P-23, Fe-1	.060	Свекла отварная с маслом растительным	5-66
ЭЦ-162, Б-6, Ж-10, У-11, Вит.А-1, Вит.С-22, Вит.РР-2, Na-63, К-364, Са-34, Mg-22, P-58, Fe-1	.232	Суп из овощей	12-64
ЭЦ-471, Б-11, Ж-29, У-19, Вит.А-1, Вит.С-3, Na-3040, К-78, Са-39, Mg-9, P-31, Fe-1	.088/50	Биточки мясные с соусом	60-41
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-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	7-75
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-1172, Б-30, Ж-45, У-139, Вит.А-3, Вит.С-31, Вит.РР-4, Na-5535, К-767, Са-169, Mg-84, P-240, Fe-5			195

Руководитель

Зав. производством

15 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
<b>5-11 класс</b>			
ЭЦ-533, Б-15, Ж-31, У-23, Вит.А-1, Вит.С-132, Вит.РР-2, Na-41, К-601, Са-145, Mg-52, P-103, Fe-2	.200/55	<i>Капуста тушеная с мясом</i>	95-62
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/20	<i>Бутерброд с сыром</i>	19-96
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-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-812, Б-23, Ж-35, У-74, Вит.А-1, Вит.С-132, Вит.РР-2, Na-471, К-708, Са-287, Mg-71, P-225, Fe-3			122

**ОВЗ завтрак 5-11 класс**

ЭЦ-186, Б-12, Ж-15, У-2, Na-309, К-162, Са-85, Mg-14, P-190, Fe-2	.118/5	<i>Омлет натуральный с маслом сливочным</i>	38-83
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	8-79
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-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	<i>Сок Фруктовый</i>	26-28
ЭЦ-450, Б-17, Ж-17, У-60, Вит.А-13000, Вит.С-41, Вит.РР-2, Na-536, К-1034, Са-357, Mg-130, P-447, Fe-5			

**ОВЗ обед 5-11 класс**

ЭЦ-178, Б-6, Ж-12, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-81, К-428, Са-40, Mg-28, P-93, Fe-1	.250/15/10	<i>Суп из овощей с тушенкой, сметаной</i>	25-72
ЭЦ-533, Б-15, Ж-31, У-23, Вит.А-1, Вит.С-132, Вит.РР-2, Na-41, К-601, Са-145, Mg-52, P-103, Fe-2	.200/55	<i>Капуста тушеная с мясом</i>	95-62
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/20	<i>Бутерброд с сыром</i>	19-96
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-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-990, Б-29, Ж-47, У-86, Вит.А-2, Вит.С-156, Вит.РР-4, Na-552, К-1136, Са-327, Mg-99, P-318, Fe-4			224

Руководитель

Зав.производством