

Меню Школа № 9

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

1-4 класс

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	5-32
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	12-77
ЭЦ-418, Б-23, Ж-23, У-29, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-4664, К-120, Са-60, Mg-14, P-47, Fe-1	.090	Биточки мясные	60-62
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	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-16
ЭЦ-1103, Б-41, Ж-39, У-146, Вит.А-3, Вит.С-33, Вит.РР-7, Na-7598, К-692, Са-188, Mg-83, P-260, 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-138, Б-3, Ж-6, У-18, Na-146, К-34, Са-7, Mg-4, P-24	.031,25/9/30	Бутерброд с маслом сливочным, джемом	34-08
ЭЦ-86, Б-10, Ж-4, У-19, Вит.В2-1, Вит.С-5, Вит.РР-3, Na-42, К-1115, Са-268, Mg-192, P-391, Fe-35	.200	Чай с молоком	10-39
ЭЦ-69, Б-1, У-17, Вит.С-1, Na-1, К-12, Са-1	1шт	Яблоко	21
ЭЦ-622, Б-23, Ж-23, У-98, Вит.В2-1, Вит.С-7, Вит.РР-3, Na-626, К-1307, Са-399, Mg-210, P-506, Fe-35			

ОВЗ обед 1-4 класс

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	5-32
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	12-77
ЭЦ-418, Б-23, Ж-23, У-29, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-4664, К-120, Са-60, Mg-14, P-47, Fe-1	.090	Биточки мясные	60-62
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	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-16
ЭЦ-1103, Б-41, Ж-39, У-146, Вит.А-3, Вит.С-33, Вит.РР-7, Na-7598, К-692, Са-188, Mg-83, P-260, 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-138, Б-3, Ж-6, У-18, Na-146, К-34, Са-7, Mg-4, P-24	.031,25/13	Бутерброд с маслом сливочным	16-08
ЭЦ-86, Б-10, Ж-4, У-19, Вит.В2-1, Вит.С-5, Вит.РР-3, Na-42, К-1115, Са-268, Mg-192, P-391, Fe-35	.200	Чай с молоком	10-39
ЭЦ-553, Б-22, Ж-23, У-81, Вит.В2-1, Вит.С-6, Вит.РР-3, Na-625, К-1295, Са-398, Mg-210, P-506, Fe-35			50

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

ЭЦ-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5, Na-52, К-1096, Са-27, Mg-48, P-118, Fe-2	.050/150	Жаркое по-домашнему	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	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-517, Б-22, Ж-18, У-64, Вит.С-42, Вит.РР-5, Na-234, К-1155, Са-39, Mg-57, P-150, Fe-3			

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

ЭЦ-153, Б-6, Ж-10, У-11, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-60, К-346, Са-32, Mg-21, P-55, Fe-1	.220	Суп из овощей	12-77
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	5-32
ЭЦ-418, Б-23, Ж-23, У-29, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-4664, К-120, Са-60, Mg-14, P-47, Fe-1	.090	Биточки мясные	60-62
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	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-16
ЭЦ-1114, Б-42, Ж-40, У-147, Вит.А-3, Вит.С-35, Вит.РР-6, Na-7593, К-695, Са-188, Mg-82, P-241, 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-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5, Na-52, К-1096, Са-27, Mg-48, P-118, Fe-2	.050/200	<i>Жаркое по-домашнему</i>	87-38
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>	21-44
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	10-80
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный 1 кус.</i>	2-38
			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	<i>Каша пшеничная с маслом сливочным</i>	26-74
ЭЦ-138, Б-3, Ж-6, У-18, Na-146, К-34, Са-7, Mg-4, P-24	.031,25/10	<i>Бутерброд с маслом сливочным</i>	12-74
ЭЦ-86, Б-10, Ж-4, У-19, Вит.В2-1, Вит.С-5, Вит.РР-3, Na-42, К-1115, Са-268, Mg-192, P-391, Fe-35	.200	<i>Чай пакетированный с молоком</i>	10-39
ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/Лит	<i>Йогурт фруктовый</i>	23-89
ЭЦ-735, Б-28, Ж-30, У-106, Вит.В2-1, Вит.С-7, Вит.РР-3, Na-734, К-1331, Са-429, Mg-214, P-529, Fe-35			

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>	28-24
ЭЦ-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5, Na-52, К-1096, Са-27, Mg-48, P-118, Fe-2	.050/200	<i>Жаркое по-домашнему</i>	87-38
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>	21-44
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	10-80
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-895, Б-37, Ж-38, У-99, Вит.А-1, Вит.С-67, Вит.РР-7, Na-612, К-1752, Са-324, Mg-105, P-415, Fe-3			224

Руководитель _____

Зав. производством _____