

Меню Школа № 9

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

1-4 класс

ЭЦ-77, Б-1, Ж-6, У-5, Вит.С-5, Na-241, К-156, Са-22, Mg-12, P-24, Fe-1	.060	Свекла отварная с маслом раст.	5-72
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 сметан.	15-91
ЭЦ-253, 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	49-04
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	20-55
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-16
ЭЦ-753, Б-28, Ж-35, У-80, Вит.А-1, Вит.С-73, Вит.РР-7, Na-4525, К-1394, Са-149, Mg-81, P-250, 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-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-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/1шт	Йогурт фруктовый	23-89
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-04

ОВЗ обед 1-4 класс

ЭЦ-77, Б-1, Ж-6, У-5, Вит.С-5, Na-241, К-156, Са-22, Mg-12, P-24, Fe-1	.060	Свекла отварная с маслом раст.	5-72
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 сметан.	15-91
ЭЦ-253, 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	49-04
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	20-55
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-16
ЭЦ-753, Б-28, Ж-35, У-80, Вит.А-1, Вит.С-73, Вит.РР-7, Na-4525, К-1394, Са-149, Mg-81, P-250, 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	.031,25/22	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-503, Б-21, Ж-26, У-45, Вит.А-5, Вит.С-4, Вит.РР-5, Na-86, К-496, Са-46, Mg-74, P-271, Fe-2	.055/150	Плов по - узбекски	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-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38

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

ЭЦ-77, Б-1, Ж-6, У-5, Вит.С-5, Na-241, К-156, Са-22, Mg-12, P-24, Fe-1	.060	Свекла отварная с маслом раст.	5-72
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	20-46
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	49-04
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-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	10-24
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-38
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-16
ЭЦ-763, Б-28, Ж-35, У-82, Вит.А-1, Вит.С-78, Вит.РР-7, Na-3369, К-1502, Са-117, Mg-84, P-250, Fe-4			195

Руководитель

Зав. производством

23 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-72, Б-1, Ж-7, У-2, Вит.С-7, На-55, К-97, Са-12, Mg-8, P-21	.050	<i>Салат из св. помидоров, огурцов</i>	15-02
ЭЦ-833, Б-15, Ж-48, У-53, Вит.А-5, Вит.С-4, Вит.РР-2, На-22, К-203, Са-38, Mg-56, P-139, Fe-1	.050/200	<i>Плов по - узбекски</i>	84-69
ЭЦ-91, У-24, К-1	.200	<i>Напиток из брусники</i>	19-91
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-38
ЭЦ-1023, Б-17, Ж-55, У-85, Вит.А-5, Вит.С-11, Вит.РР-2, На-77, К-301, Са-50, Mg-64, P-160, Fe-1			122

ОВЗ завтрак 5-11 класс

ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, На-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	<i>Каша ячневая с маслом сливочным</i>	23-31
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, На-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/25	<i>Бутерброд с сыром</i>	24-96
ЭЦ-179, Б-5, Ж-5, У-29, Вит.РР-1, На-189, К-62, Са-12, Mg-8, P-47, Fe-1	.075	<i>Пирожок с вишней</i>	21-42
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	4-04
ЭЦ-655, Б-17, Ж-19, У-102, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-875, К-280, Са-270, Mg-36, P-236, Fe-2			

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	.250/12/10	<i>Рассольник Ленинг. с тушенкой, сметаной</i>	28-27
ЭЦ-72, Б-1, Ж-7, У-2, Вит.С-7, На-55, К-97, Са-12, Mg-8, P-21	.050	<i>Салат из св. помидоров, огурцов</i>	15-02
ЭЦ-833, Б-15, Ж-48, У-53, Вит.А-5, Вит.С-4, Вит.РР-2, На-22, К-203, Са-38, Mg-56, P-139, Fe-1	.050/200	<i>Плов по - узбекски</i>	84-69
ЭЦ-91, У-24, К-1	.200	<i>Напиток из брусники</i>	19-91
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-38
ЭЦ-1174, Б-20, Ж-63, У-103, Вит.А-6, Вит.С-28, Вит.РР-3, На-1101, К-814, Са-91, Mg-93, P-243, Fe-2			224

Руководитель

Зав. производством