

Меню Школа № 9

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, На-244, К-108, Са-30, Mg-21, P-30	.060	Морковь отварная с маслом раст.	7-29
ЭЦ-127, Б-5, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-1, На-575, К-248, Са-40, Mg-17, P-41, Fe-1	.200/10	Щи из св. капусты со сметаной	11-65
ЭЦ-457, Б-19, Ж-24, У-41, Вит.А-5, Вит.С-4, Вит.РР-5, На-78, К-442, Са-42, Mg-68, P-246, Fe-2	.050/150	Плов по - узбекски	78-93
ЭЦ-95, У-25, К-1	.200	Напиток из шиповника	11-52
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
			112

ОВЗ завтрак 1-4 класс

ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, На-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	23-03
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/23	Бутерброд с сыром	23-57
ЭЦ-243, Б-5, Ж-7, У-41, На-24, К-77, Са-32, Mg-9, P-56, Fe-1	.070	Манник	13-22
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-40
ЭЦ-69, Б-1, У-17, Вит.С-1, На-1, К-12, Са-1	1шт	Яблоко	30-78

ОВЗ обед 1-4 класс

ЭЦ-73, Б-1, Ж-6, У-4, Вит.А-5, Вит.С-3, Вит.РР-1, На-244, К-108, Са-30, Mg-21, P-30	.060	Морковь отварная с маслом раст.	7-29
ЭЦ-127, Б-5, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-1, На-575, К-248, Са-40, Mg-17, P-41, Fe-1	.200/10	Щи из св. капусты со сметаной	11-65
ЭЦ-457, Б-19, Ж-24, У-41, Вит.А-5, Вит.С-4, Вит.РР-5, На-78, К-442, Са-42, Mg-68, P-246, Fe-2	.050/150	Плов по - узбекски	78-93
ЭЦ-95, У-25, К-1	.200	Напиток из шиповника	11-52
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
			206

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

ЭЦ-73, Б-1, Ж-6, У-4, Вит.А-5, Вит.С-3, Вит.РР-1, На-244, К-108, Са-30, Mg-21, P-30	.060	Морковь отварная с маслом раст.	7-29
ЭЦ-130, Б-4, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, На-585, К-277, Са-43, Mg-20, P-65, Fe-1	.200/8	Щи из св. капусты с тушенкой	14-21
ЭЦ-457, Б-19, Ж-24, У-41, Вит.А-5, Вит.С-4, Вит.РР-5, На-78, К-442, Са-42, Mg-68, P-246, Fe-2	.050/150	Плов по - узбекски	78-93
ЭЦ-95, У-25, К-1	.200	Напиток из шиповника	11-52
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61

50 родительская плата

ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, На-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	23-03
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/23	Бутерброд с сыром	23-57
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-40
ЭЦ-507, Б-15, Ж-16, У-74, Вит.С-1, На-802, К-230, Са-336, Mg-34, P-233, Fe-2			50

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

ЭЦ-9, Б-1, У-2, Вит.С-7, На-5, К-94, Са-15, Mg-9, P-28	.20/20	Нарезка овощная (помидор,огурец)	21-05
ЭЦ-216, Б-5, Ж-5, У-37, Вит.РР-1, На-2034, К-66, Са-30, Mg-10, P-51, Fe-1	.150	Макаронные изделия отварные	14-36
ЭЦ-297, Б-14, Ж-19, У-13, Вит.А-5, Вит.В2-1, Вит.С-21, Вит.РР-5, На-83, К-239, Са-27, Mg-21, P-237, Fe-4	.090	Запеканка из печени с рисом	50-02
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-40
ЭЦ-606, Б-21, Ж-24, У-73, Вит.А-5, Вит.В2-1, Вит.С-28, Вит.РР-6, На-2123, К-424, Са-77, Mg-44, P-324, Fe-6			206

Руководитель

Зав. производством

10 Января 2024 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-86, Б-1, Ж-8, У-2, Вит.С-9, На-66, К-116, Са-14, Mg-10, P-25, Fe-1	.060	<i>Салат из св. помидоров, огурцов</i>	29-26
ЭЦ-252, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, На-2441, К-77, Са-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180	<i>Макаронные изделия отварные</i>	17-05
ЭЦ-330, Б-16, Ж-22, У-14, Вит.А-6, Вит.В2-1, Вит.С-23, Вит.РР-6, На-92, К-265, Са-30, Mg-23, P-264, Fe-5	.100/30	<i>Запеканка из печени с рисом, соусом</i>	72-12
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	7-96
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-61
ЭЦ-781, Б-26, Ж-38, У-82, Вит.А-6, Вит.В2-1, Вит.С-33, Вит.РР-7, На-2625, К-556, Са-145, Mg-55, P-401, Fe-8			129

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>	23-03
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25./15	<i>Бутерброд с сыром</i>	16-07
ЭЦ-243, Б-5, Ж-7, У-41, На-24, К-77, Са-32, Mg-9, P-56, Fe-1	.070	<i>Манник</i>	13-22
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-40
ЭЦ-69, Б-1, У-17, Вит.С-1, На-1, К-12, Са-1	шт	<i>Яблоко</i>	30-78
ЭЦ-819, Б-21, Ж-23, У-132, Вит.С-2, На-827, К-319, Са-369, Mg-43, P-289, Fe-3			

ОВЗ обед 5-11 класс

ЭЦ-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, На-719, К-310, Са-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/10/7	<i>Щи из св. капусты с тушенкой, сметаной</i>	20-50
ЭЦ-86, Б-1, Ж-8, У-2, Вит.С-9, На-66, К-116, Са-14, Mg-10, P-25, Fe-1	.060	<i>Салат из св. помидоров, огурцов</i>	29-26
ЭЦ-252, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, На-2441, К-77, Са-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180	<i>Макаронные изделия отварные</i>	17-05
ЭЦ-330, Б-16, Ж-22, У-14, Вит.А-6, Вит.В2-1, Вит.С-23, Вит.РР-6, На-92, К-265, Са-30, Mg-23, P-264, Fe-5	.100/30	<i>Запеканка из печени с рисом, соусом</i>	72-12
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	<i>Чай с молоком</i>	7-96
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	2-61
ЭЦ-940, Б-32, Ж-49, У-91, Вит.А-7, Вит.В2-1, Вит.С-63, Вит.РР-8, На-3344, К-866, Са-195, Mg-76, P-452, Fe-9			236

Руководитель

Зав.производством



