

Меню Школа № 9 1-4 класс

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

1-4 класс

ЭЦ-77, Б-1, Ж-6, У-5, Вит.С-17, Na-470, К-88, Са-25, Mg-8, P-19	.060	Салат "Здоровье"	14-14
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	15-23
ЭЦ-263, Б-19, Ж-17, У-9, Вит.С-1, Na-2111, К-54, Са-41, Mg-10, P-52, Fe-1	.090	Суфле Рыбка	48-36
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	19-18
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	2-61
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-24
ЭЦ-753, Б-28, Ж-35, У-80, Вит.А-1, Вит.С-85, Вит.РР-7, Na-4754, К-1326, Са-152, Mg-77, P-245, Fe-3			112

ОВЗ завтрак 1-4 класс

ЭЦ-163, Б-6, Ж-6, У-22, Вит.С-2, Na-450, К-208, Са-158, Mg-21, P-131	.250	Суп молочный с макаронными изд.	17-45
ЭЦ-141, Б-3, Ж-1, У-31, Вит.РР-1, Na-146, К-62, Са-8, Mg-6, P-26, Fe-1	.031,25/43	Бутерброд с джемом	33-96
ЭЦ-57, Б-8, Ж-2, У-17, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-17, К-1042, Са-208, Mg-185, P-346, Fe-34	.200/15	Чай пакетированный	4-72
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-100, Б-3, У-20	1шт	Печенье "Полезный завтрак"	11-59
ЭЦ-553, Б-20, Ж-9, У-113, Вит.А-13000, Вит.С-46, Вит.РР-6, Na-633, К-2052, Са-574, Mg-312, P-683, Fe-37			94

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

ЭЦ-320, Б-17, Ж-25, У-7, Вит.С-5, Вит.РР-7, Na-1205, К-255, Са-37, Mg-23, P-165, Fe-2	.49/49	Венгерский гуляш из филе птицы	79-34
ЭЦ-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, Na-583, К-272, Са-20, Mg-143, P-215, Fe-5	.150	Каша гречневая рассыпчатая	8-39
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-66
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-682, Б-27, Ж-32, У-72, Вит.С-5, Вит.РР-8, Na-1789, К-552, Са-62, Mg-170, P-388, Fe-8			94

ОВЗ обед 1-4 класс

ЭЦ-77, Б-1, Ж-6, У-5, Вит.С-17, Na-470, К-88, Са-25, Mg-8, P-19	.060	Салат "Здоровье"	14-14
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	15-23
ЭЦ-263, Б-19, Ж-17, У-9, Вит.С-1, Na-2111, К-54, Са-41, Mg-10, P-52, Fe-1	.090	Суфле Рыбка	48-36
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	19-18
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 1 кус.	2-61
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный 1 кус.	2-24
ЭЦ-753, Б-28, Ж-35, У-80, Вит.А-1, Вит.С-85, Вит.РР-7, Na-4754, К-1326, Са-152, Mg-77, P-245, Fe-3			112

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

ЭЦ-77, Б-1, Ж-6, У-5, Вит.С-17, Na-470, К-88, Са-25, Mg-8, P-19	.060	Салат "Здоровье"	14-14
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	19-44
ЭЦ-219, Б-27, Ж-11, У-4, Вит.А-1, Вит.С-2, Na-1308, К-53, Са-19, Mg-6, P-14	.072/25	Рыба припущенная с овощами	49-15
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.	14-18
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	2-61
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, P-20	.1к/31,25г	Хлеб народный	2-24
ЭЦ-719, Б-36, Ж-29, У-77, Вит.А-2, Вит.С-91, Вит.РР-7, Na-2795, К-1433, Са-98, Mg-76, P-207, Fe-2			112

50 родительская плата

ЭЦ-163, Б-6, Ж-6, У-22, Вит.С-2, Na-450, К-208, Са-158, Mg-21, P-131	.250	Суп молочный с макаронными	17-45
ЭЦ-141, Б-3, Ж-1, У-31, Вит.РР-1, Na-146, К-62, Са-8, Mg-6, P-26, Fe-1	.031,25/35	Бутерброд с джемом	27-83
ЭЦ-57, Б-8, Ж-2, У-17, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-17, К-1042, Са-208, Mg-185, P-346, Fe-34	.200/15	Чай пакетированный	4-72
ЭЦ-361, Б-17, Ж-9, У-70, Вит.С-6, Вит.РР-4, Na-613, К-1312, Са-374, Mg-212, P-503, Fe-35			50

Руководитель

Зав. производством




25 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-340, Б-18, Ж-27, У-8, Вит.С-5, Вит.РР-7, Na-1279, К-271, Са-39, Mg-24, P-176, Fe-2	.52/52	Венгерский гуляш из филе птицы	82-41
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	15-61
ЭЦ-114, У-30, К-1, Са-1	.200	Компот из св. мандаринов	28-37
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-815, Б-30, Ж-35, У-97, Вит.С-5, Вит.РР-9, Na-1979, К-599, Са-65, Mg-196, P-434, Fe-8			129

ОВЗ завтрак 5-11 класс

ЭЦ-196, Б-7, Ж-7, У-26, Вит.С-2, Na-540, К-249, Са-189, Mg-25, P-157, Fe-1	.300	Суп молочный с макаронными изделиями	20-94
ЭЦ-141, Б-3, Ж-1, У-31, Вит.РР-1, Na-146, К-62, Са-8, Mg-6, P-26, Fe-1	.031,25/50	Бутерброд с джемом	38-53
ЭЦ-57, Б-8, Ж-2, У-17, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-17, К-1042, Са-208, Mg-185, P-346, Fe-34	.200/15	Чай пакетированный	4-72
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт	Печенье "Полезный завтрак"	11-59
ЭЦ-494, Б-21, Ж-10, У-94, Вит.С-6, Вит.РР-4, Na-703, К-1353, Са-405, Mg-216, P-529, Fe-36			

ОВЗ обед 5-11 класс

ЭЦ-151, Б-3, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-1024, К-513, Са-41, Mg-29, P-83, Fe-1	.250/15/10	Рассольник Ленинг. с тушенкой, сметаной	31-22
ЭЦ-340, Б-18, Ж-27, У-8, Вит.С-5, Вит.РР-7, Na-1279, К-271, Са-39, Mg-24, P-176, Fe-2	.52/52	Венгерский гуляш из филе птицы	82-41
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, Na-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	15-61
ЭЦ-114, У-30, К-1, Са-1	.200	Компот из св. мандаринов	28-37
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-966, Б-33, Ж-43, У-115, Вит.А-1, Вит.С-22, Вит.РР-10, Na-3003, К-1112, Са-106, Mg-225, P-517, Fe-9			236

Руководитель

Зав. производством.