

Меню Школа № 9 1-4 класс

| 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, Мг-21, Р-30 | .060 | Морковь отварная с маслом раст. | 7-43 |
| ЭЦ-159, Б-3, Ж-11, У-8, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-1, На-576, К-253, Са-41, Мг-18, Р-42, Fe-1 | .200/10/6 | Щи из свежей капусты с тушенкой, сметаной | 18-42 |
| ЭЦ-457, Б-19, Ж-24, У-41, Вит.А-5, Вит.С-4, Вит.РР-5, На-78, К-442, Са-42, Мг-68, Р-246, Fe-2 | .050/150 | Плов по - узбекски | 72-55 |
| ЭЦ-97, У-25, Вит.С-2, На-3, К-35, Са-2, Мг-1, Р-1 | .200 | Напиток яблочный | 8-75 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1к/31,25г | Хлеб витаминный | 2-61 |
| ЭЦ-74, Б-2, У-15, На-156, К-29, Са-6, Мг-4, Р-20 | .1к/31,25г | Хлеб народный | 2-24 |
| ЭЦ-887, Б-26, Ж-41, У-99, Вит.А-11, Вит.С-33, Вит.РР-7, На-1057, К-867, Са-121, Мг-112, Р-339, Fe-3 | | | 112 |

ОВЗ завтрак 1-4 класс

| | | | |
|---|------------|--------------------------------------|-------|
| ЭЦ-280, Б-7, Ж-14, У-32, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-1604, К-278, Са-150, Мг-68, Р-224, Fe-2 | .200/12 | Каша геркулесовая с маслом сливочным | 26-24 |
| ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, На-248, К-48, Са-130, Мг-10, Р-90 | .031,25/25 | Бутерброд с сыром | 22-59 |
| ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1 | .200/15 | Чай с сахаром | 3-66 |
| ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14 | .125/1шт | Йогурт фруктовый | 27-45 |
| | .1шт./38г | Пирожное Боярушка | 14-06 |
| ЭЦ-573, Б-16, Ж-22, У-79, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-1853, К-351, Са-285, Мг-82, Р-322, Fe-3 | | | 94 |

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, Мг-21, Р-30 | .060 | Морковь отварная с маслом раст. | 7-43 |
| ЭЦ-159, Б-3, Ж-11, У-8, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-1, На-576, К-253, Са-41, Мг-18, Р-42, Fe-1 | .200/10/6 | Щи из свежей капусты с тушенкой, сметаной | 18-42 |
| ЭЦ-457, Б-19, Ж-24, У-41, Вит.А-5, Вит.С-4, Вит.РР-5, На-78, К-442, Са-42, Мг-68, Р-246, Fe-2 | .050/150 | Плов по - узбекски | 72-55 |
| ЭЦ-97, У-25, Вит.С-2, На-3, К-35, Са-2, Мг-1, Р-1 | .200 | Напиток яблочный | 8-75 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1к/31,25г | Хлеб витаминный | 2-61 |
| ЭЦ-74, Б-2, У-15, На-156, К-29, Са-6, Мг-4, Р-20 | .1к/31,25г | Хлеб народный | 2-24 |
| ЭЦ-887, Б-26, Ж-41, У-99, Вит.А-11, Вит.С-33, Вит.РР-7, На-1057, К-867, Са-121, Мг-112, Р-339, Fe-3 | | | 112 |

50 родительская плата

| | | | |
|---|------------|--------------------------------------|-------|
| ЭЦ-280, Б-7, Ж-14, У-32, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-1604, К-278, Са-150, Мг-68, Р-224, Fe-2 | .200/10 | Каша геркулесовая с маслом сливочным | 23-75 |
| ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, На-248, К-48, Са-130, Мг-10, Р-90 | .031,25/25 | Бутерброд с сыром | 22-59 |
| ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Мг-4, Р-8, Fe-1 | .200/15 | Чай с сахаром | 3-66 |
| ЭЦ-473, Б-12, Ж-18, У-65, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-1853, К-351, Са-285, Мг-82, Р-322, Fe-3 | | | 50 |

Руководитель

Зав.производством

30 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-6, У-1, Вит.С-5, На-4, К-63, Са-10, Mg-6, P-19 | .045 | <i>Нарезка овощная (огурец)</i> | 22-98 |
| ЭЦ-464, Б-26, Ж-26, У-32, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-4, На-5182, К-133, Са-67, Mg-16, P-52, Fe-1 | .100 | <i>Котлета мясная</i> | 67-60 |
| ЭЦ-208, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-35, Вит.РР-2, На-1613, К-1019, Са-71, Mg-45, P-132, Fe-2 | .200 | <i>Картофельное пюре</i> | 25-57 |
| ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4 | .200 | <i>Напиток Витошка</i> | 10-24 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1к/31,25г | <i>Хлеб витаминный</i> | 2-61 |
| | | | 129 |

ОВЗ завтрак 5-11 класс

| | | | |
|--|------------|---|-------|
| ЭЦ-350, Б-9, Ж-17, У-39, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-2005, К-347, Са-188, Mg-86, P-280, Fe-2 | .250/10 | <i>Каша геркулесовая с маслом сливочным</i> | 26-88 |
| 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> | 22-59 |
| ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1 | .200/15 | <i>Чай с сахаром</i> | 3-66 |
| ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14 | .125/1шт | <i>Йогурт фруктовый</i> | 27-45 |

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 | .250/15/10 | <i>Щи из св. капусты с тушенкой, сметаной</i> | 26-42 |
| ЭЦ-6, У-1, Вит.С-5, На-4, К-63, Са-10, Mg-6, P-19 | .045 | <i>Нарезка овощная (огурец)</i> | 22-98 |
| ЭЦ-464, Б-26, Ж-26, У-32, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-4, На-5182, К-133, Са-67, Mg-16, P-52, Fe-1 | .100 | <i>Котлета мясная</i> | 67-60 |
| ЭЦ-208, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-35, Вит.РР-2, На-1613, К-1019, Са-71, Mg-45, P-132, Fe-2 | .200 | <i>Картофельное пюре</i> | 25-57 |
| ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4 | .200 | <i>Напиток Витошка</i> | 10-24 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1к/31,25г | <i>Хлеб витаминный</i> | 2-61 |
| | | | 236 |

Руководитель

Зав. производством