Меню Школа № 9

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеволы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимост ь питания
- 10	1-4	класс	
Ц-83, Б-1, Ж-6, У-7, Вит.С-14, Na-124, K-123, Ca-23, g-10, P-20, Fe-1	.060		7-63
Ц-122, Б-2, Ж-6, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, a-808, K-391, Ca-27, Mg-22, Р-55, Fe-1	.200/6	Рассольник Ленинградский со сметан	15-54
Ц-283, Б-14, Ж-20, У-11, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-5, a-406, K-203, Ca-59, Mg-23, Р-153, Fe-1	0.090/50	Суфле из филе птицы с соусм	60-34
Ц-156, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, -764, Ca-53, Mg-33, Р-99, Fe-1	.150	Картофельное пюре	20-10
Ц-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-54
Ц-27, Б-1, У-6 Ц-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Ca-6, Mg-4, Р-20	.1 к/31,25г .1 к/31,25г	Хлеб витаминный Хлеб народный	2-61 2-24
иц-802, Б-23, Ж-38, У-90, Вит.А-2, Вит.С-56, ит.РР-8, Na-2704, К-1535, Са-173, Мg-96,	.11031,230	Meo nupoondu	112
-355, Fe-5	OB3 1	-4 клас <u>с</u>	
Ц-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444,	.200/8		26-28
-193, Ca-130, Mg-37, P-160, Fe-1 IЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, K-147, Ca-120,	.200/8	Каша рисовая с маслом сливочным Какао с молоком	20-28 16-86
lg-14, Р-90 lЦ-27, Б-1, У-6	.1k/31,25z	Хлеб витаминный	2-61
Ц-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1um	Яйцо отварное	20-80
Ц-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/1um	Йогурт фруктовый	27-45
9Ц-645, Б-19, Ж-25, У-88, Вит.С-2, Вит.РР-1, Ja-550, К-399, Са-273, Mg-56, Р-331, Fe-2			94
<u>ОВЗ завтрак 1-4</u>	класс (без	содержания коровьсго белка)	
Ц-45, Ж-5, У-1, Вит.С-5, Na-2, K-57, Ca-5, Mg-5, P-9	.030	Салат из св. огурцов и помидор.	11-74
Ц-165, Б-9, Ж-12, У-5, Вит.С-1, Вит.РР-4, Na-158, -131, Ca-27, Mg-12, Р-91, Fe-1	.060	Фрикадельки из курицы	54-26
Ц-216, Б-5, Ж-5, У-37, Вит.PP-1, Na 2034, K-66, a-30, Mg-10, P-51, Fe-1	.150	Макаронные изделия отварные	14-35
Ц-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	11-04
Ц-27, Б-1, У-6 Ц-487, Б-15, Ж-22, У-58, Вит.С-34, Вит.РР-9,	.1k/31,25г	Хлеб витаминный	<u>2-61</u> 94
Ia-2194, K-254, Ca-62, Mg-27, P-151, Fe-2			34
	<u>OB3 1</u>	<u>-4 класс</u>	
Ц-83, Б-1, Ж-6, У-7, Вит.С-14, Na-124, K-123, Ca-23, g-10, P-20, Fe-1	.060	Салат из свежей капусты с вареной свеклой	7-63
Ц-122, Б-2, Ж-6, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, a-808, K-391, Ca-27, Mg-22, P-55, Fe-1	.200/6	Рассольник Ленинградский со сметан	15-54
Ц 283, Б-14, Ж 20, У-11, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-5, a-406, K 203, Ca-59, Mg-23, P-153, Fe-1	0.090/50	Суфле из филе птицы с соусм	60-34
Ц-156, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209,	.150	Картофельное пюре	20-10
:-764, Са-53, Mg-33, Р-99, Fe-1 )Ц-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-54
Ц-27, Б-1, У-6	.1ĸ/31,25z	Хлеб витаминный	2-61
Ц-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Ca-6, Mg-4, Р-20	.1ĸ/31,25z	Хлеб народный	2-24
ЭЦ-802, Б-23, Ж-38, У-90, Вит.А-2, Вит.С-56, Вит.РР-8, Na-2704, К-1535, Ca-173, Mg-96, Р-355. Fe-5			112
	обед (без с	одержания коровьего белка)	
ЭЦ-83, Б-1, Ж-6, У-7, Вит.С-14, Na-124, K-123, Ca-23, Ng-10, P-20, Fe-1	.060	Салат из свежей капусты с вареной свеклой	7-63
IЦ-121, Б-2, Ж-6, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-1, la-819, K-411, Ca-33, Mg-23, Р-67, Fe-1	.200/10	Рассольник Ленинг. с тушенкой	20-38
3Ц-283, Б-14, Ж-20, У-11, Вит.А-1, Вит.С-3, Вит.РР-5, Va. 406, K-203, Ca-59, Mg-23, P-153, Fe-1	0.090/50	Суфле из филе птицы с соусм	60-34
3Ц-167, Б-3, Ж-6, У-24, Вит.С-30, Вит.РР-2, Na 42, С-852, Са-15, Mg-35, Р-87, Fe-1	.150	Картофель отварной с маслом раст.	15-26
оц-57, У-15, Na-1, K-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-54
9Ц-27, Б-1, У-6	.1ĸ/31,25z	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-74, Б-2, У-15, Na-156, К-29, Са-6, Mg-4, Р-20 ЭЦ-812, Б-23, Ж-38, У-92, Вит.А-2, Вит.С-61,	. 1ĸ/31,25г	Хлеб народный	2-24
эц-өтг, в-го, ж-эө, у-эг, вит.А-г, вит.о-өт, Вит.РР-8, Na-1548, K-1643, Ca-141, Mg-99, Р-355, Fe-5			112
-000, 1 <del>0</del> -0	родитеп	ьская плата	
	20 20 10 10 10 10 10		30-53
	.200/12	Каша писовая с маспом спивочным	
К-193, Ca-130, Mg-37, P-160, Fe-1 ЭЦ-149, Б-3, Ж.5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Ca-120,	.200/12	Каша рисовая с маслом сливочным	
ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na 444, К-193, Са-130, Mg-37, Р-160, Fe-1 ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Мg-14, Р-90 ЭЦ-27, Б-1, У-6	.200/12 .200 .1к/31,25г	Каша рисовая с маслом сливочным Какао с молоком Хлеб витаминный	16-86 2-61

Руководитель

Зав, производством

Меню Школа № 9 5-11 класс

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимост ь питания
	<u>5-11</u>	класс	
ЭЦ-76, Ж-8, У-1, Вит.С-8, Na-4, К-96, Ca-8, Mg-8, P-15 ЭЦ-234, Б-13, Ж-18, У-7, Вит.С-2, Вит.РР-5, Na-224, К-185, Ca-39, Mg-17, P-129, Fe-1	.050	Салат из св. огурцов и помидор.	20-36
	.085	Фрикадельки из курицы	77-77
.Ц-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, K-79, a-36, Mg-11, Р-61, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	17-22
іЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	11-04
Ц-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
Ц-630, Б-21, Ж-32, У-67, Вит.С-38, Вит.РР-10, la-2669, К-360, Са-83, Mg-36, Р-205, Fe-2			129
	OB3 5-	-11 класс	
Ц-379, Б-7, Ж-15, У-53, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-554, -242, Ca-162, Mg-46, Р-200, Fe-1	.250/10	Каша рисовая с маслом сливочным	37-74
Ц-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Ca-120, g-14, P-90	.200	Какао с молоком	16-86
ц-27, Б-1, У-6	.1κ/31,2 <b>5</b> г	Хлеб витаминный	2-61
Ц-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1 Ц-621, Б-16, Ж-25, У-84, Вит.С-3, Вит.РР-1, a-660, K-448, Ca-305, Mg-65, P-371, Fe-2	.1um	Яйцо отварное	20-80
	OB3 5	-11 класс	
UL-151, Б-3, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, la-1024, К-513, Са-41, Mg-29, Р-83, Fe-1	.250/10/10	Рассольник Ленинг. с тушенкой, сметаной	28-99
Ц-76, Ж-8, У-1, Вит.С-8, Na-4, К-96, Са-8, Mg-8, Р-15	.050	Салат из св. огурцов и помидор.	20-36
Ц-234, Б-13, Ж-18, У-7, Вит.С-2, Вит.РР-5, Na-224, -185, Ca-39, Mg-17, Р-129, Fe-1	.085	Фрикадельки из курицы	77-77
Ц-259, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.РР-1, Na-2441, K-79, a-36, Mg-11, Р-61, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	17-22
Ц-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Витошка	11-04
Ц-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-781, Б-24, Ж-40, У-85, Вит.А-1, Вит.С-55, Вит.РР-11, Na-3693, K-873, Ca-124, Mg-65,	-		236

Руководитель

Зав.производством

P-288, Fe-3