Меню Школа № 9 1-4 класс

Углеводы (г), витамины (мг),       Выход       Наименование блюда         1-4 класс         ЭЦ-28, Б-1, Ж-1, У-5, Вит.С-5, Na-32, K-156, Ca-20, Mg-12, P-23, Fe-1       Обо       Свекла отварная с маслом растительным         ЭЦ-142, Б-5, Ж-9, У-10, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-2, Na-65, K-343, Ca-32, Mg-22, P-74, Fe-1       200/10       Суп из овощей со сметаной         ЭЦ-265, Б-17, Ж-20, У-5, Вит.РР-6, Na-88, K-176, Ca-46, Mg-20, P-169, Fe-2       0.075/50       Суфле из цыпленка бройлерного с соусом         ЭЦ-216, Б-5, Ж-5, У-37, Вит.РР-1, Na-2034, K-66, Ca-30, Mg-10, P-51, Fe-1       150       Макаронные изделия отварные         ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1       0.200       Компот из яблок         ЭЦ-27, Б-1, У-6       1к/31,252       Хлеб витаминный	5-91 14-58 62-39 16-50
1-4 класс         ЗЦ-28, Б-1, Ж-1, У-5, Вит.С-5, Na-32, K-156, Ca-20, Мg-12, P-23, Fe-1       Обо Векла отварная с маслом растительным         ЭЦ-142, Б-5, Ж-9, У-10, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-2, Na-65, K-343, Ca-32, Mg-22, P-74, Fe-1       200/10       Суп из овощей со сметаной         ЭЦ-255, Б-17, Ж-20, У-5, Вит.РР-6, Na-88, К-176, Ca-46, Mg-20, P-169, Fe-2       0.075/50       Суфле из цыпленка бройлерного с соусом         ЭЦ-216, Б-5, Ж-5, У-37, Вит.РР-1, Na-2034, К-66, Ca-30, Mg-10, P-51, Fe-1       150       Макаронные изделия отварные         ЭЦ-314, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1       0.200       Компот из яблок         ЭЦ-812, Б-29, Ж-35, У-97, Вит.А-1, Вит.С-31, Вит.РР-9, Na-2231, K-868, Ca-136, Mg-68, P-322,       1.1631,252       Хлеб витаминный	5-91 14-58 62-39 16-50
9Ц-28, Б-1, Ж-1, У-5, Вит.С-5, Na-32, K-156, Ca-20, Mg-12, P-23, Fe-1.060Свекла отварная с маслом растительным9Ц-142, Б-5, Ж-9, У-10, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-2, Na-65, K-343, Ca-32, Mg-22, P-74, Fe-1.200/10Суп из овощей со сметаной9Ц-265, Б-17, Ж-20, У-5, Вит.РР-6, Na-88, K-176, Ca-46, Mg-20, P-169, Fe-20.075/50Суфле из цыпленка бройлерного с соусом9Ц-216, Б-5, Ж-5, У-37, Вит.РР-1, Na-2034, K-66, Ca-30, Mg-10, P-51, Fe-1.150Макаронные изделия отварные9Ц-314, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-10.200Компот из яблок9Ц-27, Б-1, У-6.1к/31,252Хлеб витаминный	14-58 62-39 16-50
Mg-12, P-23, Fe-1  ЭЦ-142, Б-5, Ж-9, У-10, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-2, Na-65, K-343, Ca-32, Mg-22, P-74, Fe-1  ЭЦ-265, Б-17, Ж-20, У-5, Вит.РР-6, Na-88, K-176, Ca-46, Mg-20, P-169, Fe-2  ЭЦ-216, Б-5, Ж-5, У-37, Вит.РР-1, Na-2034, K-66, Ca-30, Mg-10, P-51, Fe-1  ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1  ЭЦ-27, Б-1, У-6  ЭЦ-812, Б-29, Ж-35, У-97, Вит.А-1, Вит.С-31, Вит.РР-9, Na-2231, K-868, Ca-136, Mg-68, P-322,	14-58 62-39 16-50
Na-65, K-343, Ca-32, Mg-22, P-74, Fe-1  ЭЦ-265, Б-17, Ж-20, У-5, Вит.PP-6, Na-88, K-176, Ca-46, Mg-20, P-169, Fe-2  ЭЦ-216, Б-5, Ж-5, У-37, Вит.PP-1, Na-2034, K-66, Ca-30, Mg-10, P-51, Fe-1  ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1  ЭЦ-27, Б-1, У-6  ЭЦ-812, Б-29, Ж-35, У-97, Вит.А-1, Вит.С-31, Вит.PP-9, Na-2231, K-868, Ca-136, Mg-68, P-322,	62-39 16-50
Са-46, Mg-20, P-169, Fe-2         0.0/3/30         Са-46, Mg-20, P-169, Fe-2         Са-46, Mg-10, P-51, Fe-1         ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1         ЭЦ-27, Б-1, У-6       0.200         Компот из яблок         Лк/31,25г       Хлеб витаминный         ЭЦ-812, Б-29, Ж-35, У-97, Вит.А-1, Вит.С-31, Вит.РР-9, Na-2231, K-868, Ca-136, Mg-68, P-322,	16-50
Ca-30, Mg-10, P-51, Fe-1 ЭЦ-134, Y-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1 9Ц-27, Б-1, Y-6 ЭЦ-812, Б-29, Ж-35, Y-97, Вит.А-1, Вит.С-31, Вит.РР-9, Na-2231, K-868, Ca-136, Mg-68, P-322,	
Fe-1 9Ц-27, Б-1, У-6 9Ц-812, Б-29, Ж-35, У-97, Вит.А-1, Вит.С-31, Вит.РР-9, Na-2231, K-868, Ca-136, Mg-68, Р-322,	
ЭЦ-812, Б-29, Ж-35, У-97, Вит.А-1, Вит.С-31, Вит.РР-9, Na-2231, K-868, Ca-136, Mg-68, Р-322,	<i>15-01</i>
Вит.PP-9, Na-2231, K-868, Ca-136, Mg-68, P-322,	2-61
<sup>7</sup> e-6	117
<u>ОВЗ 1-4 класс</u>	
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, K-146, 200/8 Каша пшенная с маслом сливочным	26-65
ЭЦ-136, Б-6, Ж-5, У-18, Na-250, K-48, Ca-138, Mg-11, 31,25/20/10 Бутерброд с сыром, маслом сливочным	40-08
9Ц-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1 .200/15 Чай с сахаром	3-79
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, (-740, Ca-200, Mg-100, P-180, Fe-2	27-48
9Ц-28, Б-1, Ж-1, У-5, Вит.С-5, Na-32, K-156, Ca-20, мg-12, P-23, Fe-1 .060 Свекла отварная с маслом растительным	5-91
ЭЦ-142, Б-5, Ж-9, У-10, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-2, Ia-65, К-343, Са-32, Mg-22, Р-74, Fe-1	14-58
ЭЦ-265, Б-17, Ж-20, У-5, Вит. РР-6, Na-88, К-176, Ca-46, Mg-20, Р-169, Fe-2  Cyфле из цыпленка бройлерного с соусом	62-39
ЭЦ-216, Б-5, Ж-5, У-37, Вит.РР-1, Na-2034, K-66, 2150 Макаронные изделия отварные 150-30, Mg-10, P-51, Fe-1	16-50
29-1-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-5, 0.200 Компот из яблок Fe-1	<i>15-01</i>
9Ц-27, Б-1, У-6 .1к/31 <b>,25</b> г Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-1426, Б-44, Ж-53, У-197, Вит.А-13001, Вит.С-72, Вит.РР-11, Na-2939, K-1827, Ca-602, Mg-197, Р-695, Fe-9	215
OB3 1-4 класс (без содержания коровьего белка)	
ЭЦ-366, Б-15, Ж-19, У-33, Вит.А-4, Вит.С-3, Вит.РР-4,	67-65
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20,	27-48
ЭЦ-27, Б-1, У-6 .1к/31 <b>,25</b> г Хлеб витаминный	2-61
9Ц-28, Б-1, Ж-1, У-5, Вит.С-5, Na-32, K-156, Ca-20, Мg-12, Р-23, Fe-1 .060	5-91
мg-12, P-23, Fe-1 <i>растительным</i> ЭЦ-139, Б-5, Ж-9, У-10, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-1, <i>.200 Суп из овощей</i>	10-91
ЭЦ-282, Б-18, Ж-21, У-5, Вит.РР-7, Na-94, K-187, Са-49, Mg-21, Р-180, Fe-2  Cyфле из цыпленка бройлерного с соусом	66-32
9Ц-216, Б-5, Ж-5, У-37, Вит.PP-1, Na-2034, K-66,  Макаполица издания ответина	16-50
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-5, 0 200 Компот из иблок	<i>15-01</i>
Fe-1 .1к/31,25г Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-1311, Б-46, Ж-55, У-159, Вит.А-13005,	215
Мд-220, Р-686, Fe-10 <u>60 родительская плата</u> ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, 200/11 Каша писиная с маслом слисонным	31-15
Mg-220, P-686, Fe-10  60 родительская плата  ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91  ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, K-48, Ca-130, Mg-10, 91-136, W-48, W-48, Ca-130, W-48, W-48, Ca-130, W-48,	31-15 25-06
ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, K-146, Са-123, Mg-14, P-91 .200/11 Каша пшенная с маслом сливочным	

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
	5-11	1 класс	
ЭЦ-6, У-1, Вит.С-5, Na-4, K-63, Ca-10, Mg-6, P-19 ЭЦ-794, Б-14, Ж-45, У-54, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-26, K-235, Ca-46, Mg-61, P-148, Fe-1 ЭЦ-95, Б-1, У-24, Вит.С-3, Na-9, K-180, Ca-11, Mg-6, P-11	.045	Нарезка овощная (огурец)	20-83
	.050/200	Плов по - узбекски	87-82
	.200	Напиток из сока	23-74
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1κ/31, <b>25</b> ε	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-922, Б-16, Ж-45, У-85, Вит.А-6, Вит.С-13, Вит.РР-2, Na-39, K-478, Ca-67, Mg-73, Р-178, Fe-1	•		135
	OB3 5-	<u> 11 класс</u>	
ЭЦ-411, Б-11, Ж-16, У-55, Вит.С-2, Na-546, К-182, Ca-154, Mg-18, P-114	.250/8	Каша пшенная с маслом сливочным	37
54-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, K-48, Ca-130, Mg-10, 90	.031,25/21	Бутерброд с сыром	25-87
-50 ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-79
ЭЦ-92, У-23, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, <-740, Ca-200, Mg-100, Р-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый 1кор	27-48
ЭЦ-178, Б-6, Ж-12, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-81, K-428, Ca-40, Mg-28, Р-93, Fe-1	.250/10	Суп из овощей со сметаной	17-86
ЭЦ-6, У-1, Вит.С-5, Na-4, K-63, Ca-10, Mg-6, P-19	.045	Нарезка овощная	20-83
ЭЦ-794, Б-14, Ж-45, У-54, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-26, K-235, Ca-46, Mg-61, Р-148, Fe-1	.050/200	Плов по - узбекски	87-82
ЭЦ-95, Б-1, У-24, Вит.С-3, Na-9, К-180, Ca-11, Mg-6, Р-11	.200	Напиток из сока	23-74
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1ĸ/31,25г	Хлеб витаминный	2-61
ЭЦ-1796, Б-38, Ж-77, У-208, Вит.А-13007, Вит.С-79, Вит.РР-6, Na-935, К-1901, Са-596, Mg-233, Р-663, Fe-5	_		247

Руководитель

Зав.производством