

16 Сентября 2025 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-460, Б-10, Ж-32, У-4, Вит.С-3, Na-3, К-69, Са-5, Mg-5, P-13	.055/55	Гуляш из свинины	84-60
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	19-16
ЭЦ-107, У-28, Вит.А-7, Вит.С-6, Na-8, К-106, Са-16, Mg-11, P-12	.200	Компот из вишни	15-19
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/20	Бутерброд с сыром	27-04
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1064, Б-27, Ж-44, У-109, Вит.А-7, Вит.С-9, Вит.РР-2, Na-959, К-550, Са-176, Mg-198, P-373, Fe-6			149

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/1шт	Йогурт фруктовый	37-35
ЭЦ-186, Б-12, Ж-15, У-2, Na-309, К-162, Са-85, Mg-14, P-190, Fe-2	.118	Омлет натуральный	53-21
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, Na-719, К-310, Са-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/17/10	Щи из св. капусты с тушенкой, сметаной	27-17
ЭЦ-460, Б-10, Ж-32, У-4, Вит.С-3, Na-3, К-69, Са-5, Mg-5, P-13	.055/55	Гуляш из свинины	84-60
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	19-16
ЭЦ-107, У-28, Вит.А-7, Вит.С-6, Na-8, К-106, Са-16, Mg-11, P-12	.200	Компот из вишни	15-19
ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/20	Бутерброд с сыром	27-04
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1593, Б-50, Ж-74, У-155, Вит.А-8, Вит.С-39, Вит.РР-3, Na-1988, К-1047, Са-316, Mg-237, P-622, Fe-10			274

Руководитель _____

Зав.производством _____

16 Сентября 2025 г.

Меню Школа № 9 1-4 класс

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

ОВЗ 1-4 класс (без содержания коровьего белка)

ЭЦ-418, Б-9, Ж-29, У-4, Вит.С-3, На-3, К-63, Са-5, Mg-4, P-12	.050/50	Гуляш из свинины	76-91
ЭЦ-310, Б-10, Ж-7, У-49, Вит.РР-2, На-649, К-303, Са-23, Mg-159, P-239, Fe-5	.167	Каша гречневая рассыпчатая	9-33
ЭЦ-107, У-28, Вит.А-7, Вит.С-6, На-8, К-106, Са-16, Mg-11, P-12	.200	Компот из вишни	15-19
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-115, Ж-12, У-1, Вит.С-5, На-236, К-69, Са-13, Mg-7, P-21	.060	Салат из свежих огурцов	12-33
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	.200/25	Щи из св. капусты с тушенкой	25-53
ЭЦ-184, Б-12, Ж-14, У-2, Вит.РР-4, На-56, К-142, Са-31, Mg-13, P-120, Fe-1	.060/50	Кнели из филе птицы с соусом	64-13
ЭЦ-167, Б-3, Ж-6, У-24, Вит.С-30, Вит.РР-2, На-42, К-852, Са-15, Mg-35, P-87, Fe-1	.150	Картофель отварной с маслом раст.	24-30
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1542, Б-40, Ж-77, У-142, Вит.А-8, Вит.С-68, Вит.РР-10, На-1580, К-1837, Са-151, Mg-253, P-564, Fe-9			238

1-4 класс

ЭЦ-115, Ж-12, У-1, Вит.С-5, На-236, К-69, Са-13, Mg-7, P-21	.060	Салат из свежих огурцов	12-33
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	13-97
ЭЦ-184, Б-12, Ж-14, У-2, Вит.РР-4, На-56, К-142, Са-31, Mg-13, P-120, Fe-1	.060/50	Кнели из филе птицы с соусом	64-13
ЭЦ-161, Б-3, Ж-6, У-23, Вит.С-27, Вит.РР-2, На-1250, К-790, Са-55, Mg-35, P-102, Fe-1	.155	Картофельное пюре	32-30
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-671, Б-21, Ж-41, У-54, Вит.А-1, Вит.С-56, Вит.РР-7, На-2118, К-1274, Са-144, Mg-76, P-292, Fe-4			130

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/шт	Йогурт фруктовый	37-35
ЭЦ-186, Б-12, Ж-15, У-2, На-309, К-162, Са-85, Mg-14, P-190, Fe-2	.118	Омлет натуральный	53-21
ЭЦ-102, У-27, Вит.А-7, Вит.С-6, На-8, К-100, Са-15, Mg-10, P-12	.190	Компот из вишни	14-43
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-115, Ж-12, У-1, Вит.С-5, На-236, К-69, Са-13, Mg-7, P-21	.060	Салат из свежих огурцов	12-33
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	13-97
ЭЦ-184, Б-12, Ж-14, У-2, Вит.РР-4, На-56, К-142, Са-31, Mg-13, P-120, Fe-1	.060/50	Кнели из филе птицы с соусом	64-13
ЭЦ-161, Б-3, Ж-6, У-23, Вит.С-27, Вит.РР-2, На-1250, К-790, Са-55, Mg-35, P-102, Fe-1	.155	Картофельное пюре	32-30
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	4-26
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-1086, Б-38, Ж-60, У-103, Вит.А-8, Вит.С-62, Вит.РР-7, На-2435, К-1536, Са-244, Mg-100, P-494, Fe-6			238

60 родительская плата

ЭЦ-186, Б-12, Ж-15, У-2, На-309, К-162, Са-85, Mg-14, P-190, Fe-2	.118	Омлет натуральный	53-21
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/11	Чай с сахаром	3-78
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-270, Б-13, Ж-15, У-23, На-310, К-187, Са-90, Mg-18, P-198, Fe-3			60

Руководитель

Зав. производством