

13 Ноября 2025 г.

Меню Школа № 9 1-4 класс

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

OB3 1-4 класс (без содержания коровьего белка)

ЭЦ-197, Б-14, Ж-15, У-3, Вит.А-1, Вит.С-1, На-145, К-38, Са-45, Mg-7, Р-34	.063	<i>Рыба под сырной корочкой</i>	61-88
ЭЦ-167, Б-3, Ж-6, У-24, Вит.С-30, Вит.РР-2, На-42, К-852, Са-15, Mg-35, Р-87, Fe-1	.150	<i>Картофель отварной с маслом раст.</i>	18-40
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	4-26
ЭЦ-69, Б-1, У-17, Вит.С-1, На-1, К-12, Са-1	1шт	<i>Яблоко</i>	23-46
ЭЦ-77, Б-1, Ж-6, У-5, Вит.С-5, На-241, К-156, Са-22, Mg-12, Р-24, Fe-1	.060	<i>Свекла отварная с маслом раст.</i>	8-37
ЭЦ-142, Б-5, Ж-9, У-10, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-2, На-65, К-343, Са-32, Mg-22, Р-74, Fe-1	.200/20	<i>Суп из овощей с тушенкой</i>	25-52
ЭЦ-236, Б-12, Ж-17, У-9, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-4, На-338, К-169, Са-49, Mg-19, Р-128, Fe-1	0.075/50	<i>Суфле из филе птицы с соусом</i>	71-08
ЭЦ-216, Б-5, Ж-5, У-37, Вит.РР-1, На-2034, К-66, Са-30, Mg-10, Р-51, Fe-1	.150	<i>Макаронные изделия отварные</i>	17-76
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	4-26
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-01
ЭЦ-1245, Б-42, Ж-58, У-141, Вит.А-3, Вит.С-58, Вит.РР-9, На-2868, К-1686, Са-204, Mg-113, Р-414, Fe-7			238

1-4 класс

ЭЦ-77, Б-1, Ж-6, У-5, Вит.С-5, На-241, К-156, Са-22, Mg-12, Р-24, Fe-1	.060	<i>Свекла отварная с маслом раст.</i>	8-37
ЭЦ-142, Б-5, Ж-9, У-10, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-2, На-65, К-343, Са-32, Mg-22, Р-74, Fe-1	.200/20/10	<i>Суп из овощей с тушенкой, сметаной</i>	30-49
ЭЦ-220, Б-11, Ж-16, У-8, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-4, На-316, К-158, Са-46, Mg-18, Р-119, Fe-1	0.070/50	<i>Суфле из филе птицы с соусом</i>	65-87
ЭЦ-219, Б-6, Ж-5, У-37, Вит.РР-1, На-2061, К-67, Са-30, Mg-10, Р-51, Fe-1	.152	<i>Макаронные изделия отварные</i>	18
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	4-26
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-01
ЭЦ-742, Б-24, Ж-36, У-81, Вит.А-2, Вит.С-26, Вит.РР-7, На-2684, К-749, Са-135, Mg-66, Р-276, Fe-5			130

OB3 1-4 класс

ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-444, К-193, Са-130, Mg-37, Р-160, Fe-1	.200/6	<i>Каша рисовая с маслом сливочным</i>	30-78
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, Р-90	.200	<i>Какао с молоком</i>	23-37
ЭЦ-179, Б-5, Ж-5, У-30, Вит.РР-1, На-194, К-63, Са-12, Mg-8, Р-48, Fe-1	.075	<i>Ватрушка с творогом</i>	27-38
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-01
ЭЦ-69, Б-1, У-17, Вит.С-1, На-1, К-12, Са-1	1шт	<i>Яблоко</i>	23-46
ЭЦ-77, Б-1, Ж-6, У-5, Вит.С-5, На-241, К-156, Са-22, Mg-12, Р-24, Fe-1	.060	<i>Свекла отварная с маслом раст.</i>	8-37
ЭЦ-142, Б-5, Ж-9, У-10, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-2, На-65, К-343, Са-32, Mg-22, Р-74, Fe-1	.200/20/10	<i>Суп из овощей с тушенкой, сметаной</i>	30-49
ЭЦ-220, Б-11, Ж-16, У-8, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-4, На-316, К-158, Са-46, Mg-18, Р-119, Fe-1	0.070/50	<i>Суфле из филе птицы с соусом</i>	65-87
ЭЦ-219, Б-6, Ж-5, У-37, Вит.РР-1, На-2061, К-67, Са-30, Mg-10, Р-51, Fe-1	.152	<i>Макаронные изделия отварные</i>	18
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, Р-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	4-26
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-01
ЭЦ-1469, Б-40, Ж-58, У-202, Вит.А-2, Вит.С-29, Вит.РР-9, На-3373, К-1164, Са-398, Mg-125, Р-574, Fe-7			238

60 родительская плата

ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-444, К-193, Са-130, Mg-37, Р-160, Fe-1	.200/7	<i>Каша рисовая с маслом сливочным</i>	33-62
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, Р-90	.200	<i>Какао с молоком</i>	23-37
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-01
ЭЦ-479, Б-10, Ж-17, У-74, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-494, К-340, Са-250, Mg-51, Р-250, Fe-1			60

Руководитель

Зав. производством

13 Ноября 2025 г.

Меню Школа № 9 5-11 класс

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-282, Б-19, Ж-21, У-4, Вит.А-1, Вит.С-2, Na-207, K-54, Ca-64, Mg-10, P-48	.090	<i>Рыба под сырной корочкой</i>	87-85
ЭЦ-198, Б-4, Ж-7, У-28, Вит.РР-2, Na-1532, K-968, Ca-67, Mg-42, P-125, Fe-2	.190	<i>Картофельное пюре</i>	34-01
ЭЦ-102, У-26, Вит.А-2, Вит.С-4, K-1, Ca-3, Mg-2	.200	<i>Напиток клюквенный</i>	24-13
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-01
ЭЦ-609, Б-24, Ж-28, У-64, Вит.А-3, Вит.С-39, Вит.РР-2, Na-1739, K-1023, Ca-134, Mg-54, P-173, Fe-2			149
<u>OB3 5-11 класс</u>			
ЭЦ-379, Б-7, Ж-15, У-53, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-554, K-242, Ca-162, Mg-46, P-200, Fe-1	.250/9	<i>Каша рисовая с маслом сливочным</i>	41-43
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, K-147, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Какао с молоком</i>	23-37
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-01
ЭЦ-69, Б-1, У-17, Вит.С-1, Na-1, K-12, Ca-1	1шт	<i>Яблоко</i>	23-46
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, P-93, Fe-1	.250/20/10	<i>Суп из овощей с тушенкой, сметаной</i>	33-73
ЭЦ-282, Б-19, Ж-21, У-4, Вит.А-1, Вит.С-2, Na-207, K-54, Ca-64, Mg-10, P-48	.090	<i>Рыба под сырной корочкой</i>	87-85
ЭЦ-198, Б-4, Ж-7, У-28, Вит.С-33, Вит.РР-2, Na-1532, K-968, Ca-67, Mg-42, P-125, Fe-2	.190	<i>Картофельное пюре</i>	34-01
ЭЦ-102, У-26, Вит.А-2, Вит.С-4, K-1, Ca-3, Mg-2	.200	<i>Напиток клюквенный</i>	24-13
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-01
ЭЦ-1411, Б-42, Ж-60, У-177, Вит.А-4, Вит.С-67, Вит.РР-5, Na-2425, K-1852, Ca-457, Mg-142, P-556, Fe-4			274

Руководитель

Зав.производством

