

18 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-290, Б-17, Ж-20, У-12, Вит.С-2, Вит.РР-2, Na-220, K-96, Ca-18, Mg-16, P-57, Fe-1 | .070/50 | <i>Котлета Школьная с соусом</i> | 83-75 |
| ЭЦ-216, Б-5, Ж-5, У-37, Вит.РР-1, Na-2034, K-66, Ca-30, Mg-10, P-51, Fe-1 | .150 | <i>Макаронные изделия отварные</i> | 17-75 |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-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-77, Б-1, Ж-6, У-5, Вит.С-17, Na-470, K-88, Ca-25, Mg-8, P-19 | .060 | <i>Салат Здоровье</i> | 9-51 |
| 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 | <i>Суп из овощей с тушенкой</i> | 20-30 |
| ЭЦ-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5, Na-52, K-1096, Ca-27, Mg-48, P-118, Fe-2 | .050/150 | <i>Жаркое по-домашнему</i> | 90-02 |
| ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, K-35, Ca-32, Mg-21, P-29, Fe-1 | .200 | <i>Компот из сухофруктов</i> | 6-39 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1к/31,25г | <i>Хлеб витаминный</i> | 3-01 |
| ЭЦ-1333, Б-50, Ж-58, У-153, Вит.А-2, Вит.С-81, Вит.РР-11, Na-2846, K-1749, Ca-169, Mg-129, P-356, Fe-7 | | | 238 |

1-4 класс

| | | | |
|---|------------|---|-------|
| ЭЦ-77, Б-1, Ж-6, У-5, Вит.С-17, Na-470, K-88, Ca-25, Mg-8, P-19 | .060 | <i>Салат Здоровье</i> | 9-51 |
| 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 | .200/10/6 | <i>Суп из овощей с тушенкой, сметаной</i> | 21-07 |
| ЭЦ-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5, Na-52, K-1096, Ca-27, Mg-48, P-118, Fe-2 | .050/150 | <i>Жаркое по-домашнему</i> | 90-02 |
| ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, K-35, Ca-32, Mg-21, P-29, Fe-1 | .200 | <i>Компот из сухофруктов</i> | 6-39 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1к/31,25г | <i>Хлеб витаминный</i> | 3-01 |
| ЭЦ-743, Б-27, Ж-33, У-83, Вит.А-2, Вит.С-79, Вит.РР-8, Na-591, K-1562, Ca-116, Mg-99, P-240, Fe-4 | | | 130 |

OB3 1-4 класс завтрак

| | | | |
|---|------------|---|-------|
| ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, K-145, Ca-123, Mg-14, P-91 | .200/10 | <i>Каша яичневая с маслом сливочным</i> | 32-79 |
| ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, K-48, Ca-130, Mg-10, P-90 | .031,25/20 | <i>Бутерброд с сыром</i> | 32-10 |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1 | .200/15 | <i>Чай с сахаром</i> | 4-26 |
| ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14 | .125/1шт | <i>Йогурт фруктовый</i> | 38-85 |
| ЭЦ-77, Б-1, Ж-6, У-5, Вит.С-17, Na-470, K-88, Ca-25, Mg-8, P-19 | .060 | <i>Салат Здоровье</i> | 9-51 |
| 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 | .200/10/6 | <i>Суп из овощей с тушенкой, сметаной</i> | 21-07 |
| ЭЦ-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5, Na-52, K-1096, Ca-27, Mg-48, P-118, Fe-2 | .050/150 | <i>Жаркое по-домашнему</i> | 90-02 |
| ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, K-35, Ca-32, Mg-21, P-29, Fe-1 | .200 | <i>Компот из сухофруктов</i> | 6-39 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1к/31,25г | <i>Хлеб витаминный</i> | 3-01 |
| ЭЦ-1319, Б-43, Ж-51, У-170, Вит.А-2, Вит.С-80, Вит.РР-8, Na-1277, K-1780, Ca-374, Mg-127, P-429, Fe-5 | | | 238 |

60 родительская плата

| | | | |
|--|------------|---|-------|
| ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, K-48, Ca-130, Mg-10, P-90 | .031,25/16 | <i>Бутерброд с сыром</i> | 22-95 |
| ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, K-145, Ca-123, Mg-14, P-91 | .200/10 | <i>Каша яичневая с маслом сливочным</i> | 32-79 |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1 | .200/15 | <i>Чай с сахаром</i> | 4-26 |
| ЭЦ-476, Б-12, Ж-14, У-73, Вит.С-1, Na-686, K-218, Ca-258, Mg-28, P-189, Fe-1 | | | 60 |

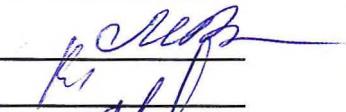
Руководитель

Зав. производством

18 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-311, Б-18, Ж-21, У-12, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-236, K-103, Ca-19, Mg-17, P-61, Fe-1 | .075/50 | <i>Котлета Школьная с соусом</i> | 89-99 |
| ЭЦ-257, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.С-4, Вит.РР-1, Na-2444, K-127, Ca-44, Mg-16, P-74, Fe-1 | .180/30 | <i>Макаронные изделия отварные с нарезкой из св.огурцов</i> | 29-62 |
| 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-54, Б-2, У-11 | .2к/62,5г | <i>Хлеб витаминный</i> | 6-02 |
| ЭЦ-771, Б-30, Ж-32, У-92, Вит.С-8, Вит.РР-3, Na-2730, K-377, Ca-183, Mg-47, P-225, Fe-2 | | | 149 |
| <u>OB3 5-11 класс</u> | | | |
| ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, K-48, Ca-130, Mg-10, P-90 | .031,25/16 | <i>Бутерброд с сыром</i> | 22-95 |
| ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, Na-546, K-181, Ca-154, Mg-18, P-114 | .250/8 | <i>Каша яичневая с маслом сливочным</i> | 33-02 |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1 | .200/15 | <i>Чай с сахаром</i> | 4-26 |
| ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14 | .125/1шт | <i>Йогурт фруктовый</i> | 38-85 |
| 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 | .250/10/10 | <i>Суп из овощей с тушенкой, сметаной</i> | 25-92 |
| ЭЦ-311, Б-18, Ж-21, У-12, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-236, K-103, Ca-19, Mg-17, P-61, Fe-1 | .075/50 | <i>Котлета Школьная с соусом</i> | 89-99 |
| ЭЦ-257, Б-7, Ж-6, У-44, Вит.С-4, Вит.РР-1, Na-2444, K-127, Ca-44, Mg-16, P-74, Fe-1 | .180/30 | <i>Макаронные изделия отварные с нарезкой из св.огурцов</i> | 29-62 |
| 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-54, Б-2, У-11 | .2к/62,5г | <i>Хлеб витаминный</i> | 6-02 |
| ЭЦ-1596, Б-54, Ж-65, У-201, Вит.А-1, Вит.С-34, Вит.РР-5, Na-3606, K-1059, Ca-512, Mg-107, P-530, Fe-4 | | | 274 |

Руководитель 
 Зав.производством 