

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-289, Б-16, ЖК-18, У-16, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-2390, K-127, Ca-41, Mg-13, P-46, Fe-1
 ЭЦ-216, Б-5, Ж-5, У-37, Вит.РР-1, Na-2034, K-66, Ca-30, Mg-10, P-51, Fe-1
 ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1
 ЭЦ-27, Б-1, У-6
 ЭЦ-73, Б-1, Ж-6, У-4, Вит.А-5, Вит.С-3, Вит.РР-1, Na-244, K-108, Ca-30, Mg-21, P-30
 ЭЦ-107, Б-4, Ж-4, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-795, K-375, Ca-20, Mg-20, P-51, Fe-1
 ЭЦ-457, Б-19, Ж-24, У-41, Вит.А-5, Вит.С-4, Вит.РР-5, Na-78, K-442, Ca-42, Mg-68, P-246, Fe-2
 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
 ЭЦ-54, Б-2, У-11
 ЭЦ-1403, Б-49, Ж-57, У-175, Вит.А-13, Вит.С-26, Вит.РР-11, Na-5546, K-1178, Ca-200, Mg-157, P-461, Fe-7

.080/50	Тефтели с соусом	82-98
.150	Макаронные изделия отварные	17-75
.200/15	Чай с сахаром	4-26
.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
.060	Морковь отварная с маслом раст.	7-20
.200/10	Суп картоф. с крупой, рыбой	22-73
.050/150	Плов по - узбекски	87-66
.200	Компот из сухофруктов	6-39
.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-02
		238

1-4 класс

ЭЦ-73, Б-1, Ж-6, У-4, Вит.А-5, Вит.С-3, Вит.РР-1, Na-244, K-108, Ca-30, Mg-21, P-30
 ЭЦ-107, Б-4, Ж-4, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-795, K-375, Ca-20, Mg-20, P-51, Fe-1
 ЭЦ-457, Б-19, Ж-24, У-41, Вит.А-5, Вит.С-4, Вит.РР-5, Na-78, K-442, Ca-42, Mg-68, P-246, Fe-2
 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
 ЭЦ-54, Б-2, У-11
 ЭЦ-814, Б-27, Ж-34, У-101, Вит.А-12, Вит.С-21, Вит.РР-8, Na-1121, K-960, Ca-124, Mg-130, P-356, Fe-4

.060	Морковь отварная с маслом раст.	7-20
.200/10	Суп картоф. с крупой, рыбой	22-73
.050/150	Плов по - узбекски	87-66
.200	Компот из сухофруктов	6-39
.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-02
		130

OB3 1-4 класс

ЭЦ-291, Б-9, Ж-9, У-44, Вит.С-1, Na-437, K-145, Ca-123, Mg-14, P-90
 ЭЦ-27, Б-1, У-6
 ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, K-146, Ca-120, Mg-14, P-90
 ЭЦ-42, У-10, Вит.С-17, Na-26, K-278, Ca-16, Mg-9, P-11, Fe-2
 ЭЦ-73, Б-1, Ж-6, У-4, Вит.А-5, Вит.С-3, Вит.РР-1, Na-244, K-108, Ca-30, Mg-21, P-30
 ЭЦ-107, Б-4, Ж-4, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-795, K-375, Ca-20, Mg-20, P-51, Fe-1
 ЭЦ-457, Б-19, Ж-24, У-41, Вит.А-5, Вит.С-4, Вит.РР-5, Na-78, K-442, Ca-42, Mg-68, P-246, Fe-2
 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
 ЭЦ-54, Б-2, У-11
 ЭЦ-1295, Б-41, Ж-47, У-181, Вит.А-12, Вит.С-40, Вит.РР-8, Na-1634, K-1529, Ca-383, Mg-167, P-547, Fe-6

.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	33-12
.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
.200	Кофеинный напиток с молоком	12-40
1шт	Апельсин	59-47
.060	Морковь отварная с маслом раст.	7-20
.200/10	Суп картоф. с крупой, рыбой	22-73
.050/150	Плов по - узбекски	87-66
.200	Компот из сухофруктов	6-39
.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-02
		238

60 родительская плата

ЭЦ-291, Б-9, Ж-9, У-44, Вит.С-1, Na-437, K-145, Ca-123, Mg-14, P-90
 ЭЦ-92, Б-3, Ж-1, У-18, Na-146, K-33, Ca-6, Mg-4, P-23
 ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1
 ЭЦ-440, Б-12, Ж-10, У-77, Вит.С-1, Na-584, K-203, Ca-134, Mg-22, P-121, Fe-1

.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	34-78
.031,25/10	Бутерброд с маслом шоколадным	20-96
.200/15	Чай с сахаром	4-26

60

Руководитель
Зав. производством

01 Декабря 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-307, Б-17, Ж-19, У-17, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-2540, K-135, Ca-44, Mg-14, P-48, Fe-1	.085/50	Тефтели с соусом	89-67
ЭЦ-257, Б-7, Ж-6, У-43, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-2477, K-127, Ca-44, Mg-16, P-68, Fe-1	.180/20	Макаронные изделия отварные с огурцом консервированным	32-92
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, K-147, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	23-40
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
ЭЦ-740, Б-28, Ж-30, У-91, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-3, Na-5067, K-409, Ca-208, Mg-44, P-206, Fe-2			149
<u>OB3 5-11 класс</u>			
ЭЦ-92, Б-3, Ж-1, У-18, Na-146, K-33, Ca-6, Mg-4, P-23	.031,25/10	Бутерброд с маслом шоколадным	20-96
ЭЦ-364, Б-11, Ж-11, У-55, Вит.С-2, Na-546, K-181, Ca-153, Mg-18, P-113	.250/12	Каша пшеничная с маслом сливочным	42-04
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, K-146, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	12-40
ЭЦ-134, Б-5, Ж-4, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-993, K-469, Ca-25, Mg-26, P-64, Fe-1	.1шт./38г	Пирожное Боярушка	17-90
ЭЦ-307, Б-17, Ж-19, У-17, Вит.А-1, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-2540, K-135, Ca-44, Mg-14, P-48, Fe-1	.250/15	Суп картоф. с крупой, рыбой	31-70
ЭЦ-257, Б-7, Ж-6, У-43, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-2477, K-127, Ca-44, Mg-16, P-68, Fe-1	.085/50	Тефтели с соусом	89-67
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, K-147, Ca-120, Mg-14, P-90	.180/20	Макаронные изделия отварные с огурцом консервированным	32-92
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.200	Какао с молоком	23-40
ЭЦ-1451, Б-51, Ж-50, У-201, Вит.А-2, Вит.С-29, Вит.РР-4, Na-6802, K-1238, Ca-512, Mg-106, P-496, Fe-3	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-01
			274

Руководитель
Зав. производством