

18 Декабря 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-548, Б-23, Ж-29, У-49, Вит.А-5, Вит.С-5, Вит.РР-6, Na-94, K-530, Ca-50, Mg-81, P-296, Fe-2	.060/150	<i>Плов по - узбекски</i>	100-73
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>	11-27
ЭЦ-159, Б-4, Ж-5, У-24, Вит.С-16, Вит.РР-1, Na-577, K-495, Ca-57, Mg-26, P-91, Fe-1	.200/20	<i>Суп-пюре с гренками</i>	29-97
ЭЦ-189, Б-9, Ж-14, У-7, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-3, Na-271, K-135, Ca-39, Mg-15, P-102, Fe-1	0.060/50	<i>Суфле из филе птицы с соусом</i>	55-35
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>	17-60
ЭЦ-75, У-19, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-62, Вит.РР-9	.200	<i>Кисель Валитек</i>	12-80
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-01
ЭЦ-1375, Б-44, Ж-59, У-168, Вит.А-6, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-102, Вит.РР-20, Na-3447, K-1339, Ca-206, Mg-144, P-567, Fe-6			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>	11-27
ЭЦ-159, Б-4, Ж-5, У-24, Вит.С-16, Вит.РР-1, Na-577, K-495, Ca-57, Mg-26, P-91, Fe-1	.200/20	<i>Суп-пюре с гренками</i>	29-97
ЭЦ-189, Б-9, Ж-14, У-7, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-3, Na-271, K-135, Ca-39, Mg-15, P-102, Fe-1	0.060/50	<i>Суфле из филе птицы с соусом</i>	55-35
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>	17-60
ЭЦ-75, У-19, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-62, Вит.РР-9	.200	<i>Кисель Валитек</i>	12-80
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-01
ЭЦ-743, Б-20, Ж-30, У-98, Вит.А-1, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-97, Вит.РР-14, Na-3352, K-784, Ca-151, Mg-59, P-263, Fe-3			130

OB3 1-4 класс

ЭЦ-280, Б-7, Ж-14, У-32, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-1604, K-278, Ca-150, Mg-68, P-224, Fe-2	.200/5	<i>Каша геркулесовая с маслом сливочным</i>	25-35
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>	28-30
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-90, У-1	1 шт.	<i>Банан</i>	50-09
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>	11-27
ЭЦ-159, Б-4, Ж-5, У-24, Вит.С-16, Вит.РР-1, Na-577, K-495, Ca-57, Mg-26, P-91, Fe-1	.200/20	<i>Суп-пюре с гренками</i>	29-97
ЭЦ-189, Б-9, Ж-14, У-7, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-3, Na-271, K-135, Ca-39, Mg-15, P-102, Fe-1	0.060/50	<i>Суфле из филе птицы с соусом</i>	55-35
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>	17-60
ЭЦ-75, У-19, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-62, Вит.РР-9	.200	<i>Кисель Валитек</i>	12-80
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-01
ЭЦ-1306, Б-32, Ж-48, У-164, Вит.А-1, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-98, Вит.РР-15, Na-5205, K-1135, Ca-436, Mg-141, P-585, Fe-6			238

60 родительская плата

ЭЦ-280, Б-7, Ж-14, У-32, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-1604, K-278, Ca-150, Mg-68, P-224, Fe-2	.200/6	<i>Каша геркулесовая с маслом сливочным</i>	27-44
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>	28-30
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-473, Б-12, Ж-18, У-65, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-1853, K-351, Ca-285, Mg-82, P-322, Fe-3

ЭЦ-473, Б-12, Ж-18, У-65, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-1853, K-351, Ca-285, Mg-82, P-322, Fe-3			60
---	--	--	----

Руководитель Лиз
 Зав. производством Лиз

18 Декабря 2025 г.

Меню Школа № 9 5-11 класс

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимост ь питания
<u>5-11 класс</u>			
ЭЦ-50, Б-1, Ж-5, У-1, Вит.С-5, На-38, К-68, Са-8, Mg-6, Р-15	.035	<i>Салат из св. помидоров, огурцов</i>	14-96
ЭЦ-794, Б-14, Ж-45, У-54, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-2, На-26, К-235, Са-46, Mg-61, Р-148, Fe-1	.060/200	<i>Плов по - узбекски</i>	107-63
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>	23-40
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-01
ЭЦ-1020, Б-19, Ж-55, У-86, Вит.А-6, Вит.С-11, Вит.РР-2, На-114, К-450, Са-174, Mg-81, Р-253, Fe-1			149
<u>OB3 5-11 класс</u>			
ЭЦ-350, Б-9, Ж-17, У-39, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-2005, К-347, Са-188, Mg-86, Р-280, Fe-2	.250/5	<i>Каша геркулесовая с маслом сливочным</i>	30-18
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-01
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-90, У-1	1 шт.	<i>Банан</i>	50-09
ЭЦ-199, Б-5, Ж-6, У-30, Вит.А-1, Вит.С-20, Вит.РР-2, На-722, К-619, Са-71, Mg-33, Р-113, Fe-1	.250/25	<i>Суп-пюре с гренками</i>	37-46
ЭЦ-50, Б-1, Ж-5, У-1, Вит.С-5, На-38, К-68, Са-8, Mg-6, Р-15	.035	<i>Салат из св. помидоров, огурцов</i>	14-96
ЭЦ-794, Б-14, Ж-45, У-54, Вит.А-6, Вит.С-5, Вит.РР-2, На-26, К-235, Са-46, Mg-61, Р-148, Fe-1	.060/200	<i>Плов по - узбекски</i>	107-63
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>	23-40
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-01
ЭЦ-1743, Б-34, Ж-78, У-177, Вит.А-7, Вит.С-33, Вит.РР-5, На-2842, К-1441, Са-438, Mg-204, Р-654, Fe-5			274

Руководитель

Зав. производством





