

**Меню Школа № 9 1-4 класс 1 смена**

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

**ОВЗ 1-4 класс горячий завтрак**

ЭЦ-585, Б-13, Ж-40, У-5, Вит.С-4, На-4, К-88, Са-6, Mg-6, P-16	.070/70	Гуляш из свинины	107-59
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, На-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	19-69
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	12-40
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
<hr/>			
ЭЦ-1067, Б-29, Ж-52, У-84, Вит.С-5, Вит.РР-2, На-754, К-561, Са-151, Mg-192, P-364, Fe-6			

**ОВЗ 1-4 класс обед**

ЭЦ-73, Б-1, Ж-6, У-4, Вит.А-5, Вит.С-3, Вит.РР-1, На-244, К-108, Са-30, Mg-21, P-30	.060	Морковь отварная с маслом раст.	8-93
ЭЦ-130, Б-4, 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	.200/20/10	Щи из св.капусты с тушенкой, сметаной	28-02
ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, На-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша ячневая с маслом сливочным	32-82
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-74
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-64
ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/шт	Йогурт фруктовый	38-85
<hr/>			
ЭЦ-697, Б-18, Ж-29, У-91, Вит.А-6, Вит.С-28, Вит.РР-2, На-1257, К-526, Са-198, Mg-56, P-170, Fe-2			262

**1-4 класс горячий завтрак**

ЭЦ-585, Б-13, Ж-40, У-5, Вит.С-4, На-4, К-88, Са-6, Mg-6, P-16	.070/70	Гуляш из свинины	107-59
ЭЦ-334, Б-11, Ж-8, У-53, Вит.РР-2, На-700, К-327, Са-25, Mg-172, P-258, Fe-6	.180	Каша гречневая рассыпчатая	19-69
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, На-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Кофейный напиток с молоком	12-40
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
<hr/>			
ЭЦ-1067, Б-29, Ж-52, У-84, Вит.С-5, Вит.РР-2, На-754, К-561, Са-151, Mg-192, P-364, Fe-6			143

Руководитель

Зав. производством

  


**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 горячий завтрак**

ЭЦ-292, Б-21, Ж-19, У-9, Вит.С-1, На-2345, К-60, Са-45, Mg-11, P-58, Fe-1	.100/50	Суфле Рыбка с соусом	94-46
ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, На-1451, К-912, Са-63, Mg-40, P-118, Fe-2	.180/30	Картофельное пюре с нарезкой из св. огурцов	51-49
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, На-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	15-73
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
			<b>165</b>

**ОВЗ 5-11 класс горячий завтрак**

ЭЦ-292, Б-21, Ж-19, У-9, Вит.С-1, На-2345, К-60, Са-45, Mg-11, P-58, Fe-1	.100/50	Суфле Рыбка с соусом	94-46
ЭЦ-186, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, На-1451, К-912, Са-63, Mg-40, P-118, Fe-2	.180/30	Картофельное пюре с нарезкой из св. огурцов	51-49
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, На-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	15-73
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
			<b>302</b>

**ОВЗ 5-11 класс обед**

ЭЦ-121, Б-1, Ж-10, У-6, Вит.А-8, Вит.С-4, Вит.РР-1, На-406, К-180, Са-50, Mg-34, P-50, Fe-1	.100	Морковь отварная с маслом раст.	14-88
ЭЦ-163, Б-5, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, На-719, К-310, Са-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/20/10	Щи из св.капусты с тушенкой, сметаной	30-65
ЭЦ-354, Б-9, Ж-13, У-50, Вит.С-2, На-546, К-181, Са-154, Mg-18, P-114	.250/13	Каша ячневая с маслом сливочным	42-24
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-74
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-64
ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/шт	Йогурт фруктовый	38-85
			<b>302</b>
ЭЦ-849, Б-21, Ж-38, У-105, Вит.А-9, Вит.С-36, Вит.РР-2, На-1672, К-696, Са-259, Mg-77, P-223, Fe-3			

Руководитель

Зав. производством

**Меню Школа № 9 1-4 класс 2 смена**

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

**1-4 класс обед**

ЭЦ-73, Б-1, Ж-6, У-4, Вит.А-5, Вит.С-3, Вит.РР-1, Na-244, К-108, Са-30, Mg-21, P-30	.060	<i>Морковь отварная с маслом раст.</i>	8-93
ЭЦ-130, Б-4, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-1, Na-575, К-248, Са-40, Mg-17, P-41, Fe-1	.200/20/10	<i>Щи из св.капусты с тушенкой, сметаной</i>	28-02
ЭЦ-418, Б-9, Ж-29, У-4, Вит.С-3, Na-3, К-63, Са-5, Mg-4, P-12	.050/50	<i>Гуляш из свинины</i>	76-85
ЭЦ-319, Б-10, Ж-8, У-51, Вит.РР-2, Na-669, К-312, Са-23, Mg-164, P-246, Fe-6	.172	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	18-82
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-74
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	<i>Хлеб витаминный</i>	6-64
ЭЦ-1051, Б-26, Ж-52, У-92, Вит.А-6, Вит.С-30, Вит.РР-4, Na-1492, К-756, Са-103, Mg-210, P-337, Fe-8			143

**ОВЗ 1-4 класс обед**

ЭЦ-73, Б-1, Ж-6, У-4, Вит.А-5, Вит.С-3, Вит.РР-1, Na-244, К-108, Са-30, Mg-21, P-30	.060	<i>Морковь отварная с маслом раст.</i>	8-93
ЭЦ-130, Б-4, Ж-9, У-7, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-1, Na-575, К-248, Са-40, Mg-17, P-41, Fe-1	.200/20/10	<i>Щи из св.капусты с тушенкой, сметаной</i>	28-02
ЭЦ-418, Б-9, Ж-29, У-4, Вит.С-3, Na-3, К-63, Са-5, Mg-4, P-12	.050/50	<i>Гуляш из свинины</i>	76-85
ЭЦ-319, Б-10, Ж-8, У-51, Вит.РР-2, Na-669, К-312, Са-23, Mg-164, P-246, Fe-6	.172	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	18-82
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	3-74
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	<i>Хлеб витаминный</i>	6-64
ЭЦ-1051, Б-26, Ж-52, У-92, Вит.А-6, Вит.С-30, Вит.РР-4, Na-1492, К-756, Са-103, Mg-210, P-337, Fe-8			

**ОВЗ 1-4 класс полдник**

ЭЦ-283, Б-7, Ж-10, У-40, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-91	.200/13	<i>Каша ячневая с маслом сливочным</i>	37-75
ЭЦ-121, Б-4, Ж-4, У-20, Вит.С-1, Na-50, К-146, Са-120, Mg-14, P-90	.200	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	12-40
ЭЦ-324, Б-8, Ж-12, У-45, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-72, К-425, Са-26, Mg-24, P-104, Fe-1	.120	<i>Шаньга Домашняя с картофелем</i>	26-68
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	<i>Хлеб витаминный</i>	3-32
ЭЦ-100, Б-4, Ж-4, У-14	.125/шт	<i>Йогурт фруктовый</i>	38-85
ЭЦ-855, Б-24, Ж-30, У-125, Вит.С-14, Вит.РР-1, Na-559, К-716, Са-269, Mg-52, P-285, Fe-1			262

Руководитель

Зав. производством

  


11 Марта 2026 г.

**Меню Школа № 9 1-4 класс (без содержания коровьего белка)**

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

**ОВЗ завтрак 1-4 класс (без содержания коровьего белка)**

ЭЦ-248, Б-18, Ж-16, У-8, Вит.С-1, На-1993, К-51, Са-38, Mg-9, P-49, Fe-1	.085/50	Суфле Рыбка с соусом	79-41
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.	21-26
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, На-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	15-01
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
ЭЦ-576, Б-22, Ж-22, У-72, Вит.С-38, Вит.РР-2, На-2047, К-1030, Са-61, Mg-48, P-141, Fe-3			

**ОВЗ обед 1-4 класс (без содержания коровьего белка)**

ЭЦ-73, Б-1, Ж-6, У-4, Вит.А-5, Вит.С-3, Вит.РР-1, На-244, К-108, Са-30, Mg-21, P-30	.060	Морковь отварная с маслом раст.	8-93
ЭЦ-130, Б-4, 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	.200/20	Щи из св.капусты с тушенкой	23-28
ЭЦ-443, Б-10, Ж-30, У-4, Вит.С-3, На-3, К-67, Са-5, Mg-5, P-12	.053/53	Гуляш из свинины	81-46
ЭЦ-321, Б-10, Ж-8, У-51, Вит.РР-2, На-673, К-314, Са-24, Mg-165, P-248, Fe-6	.173	Каша гречневая рассыпчатая	18-95
ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	3-74
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-64
ЭЦ-1078, Б-27, Ж-53, У-92, Вит.А-6, Вит.С-30, Вит.РР-4, На-1496, К-762, Са-104, Mg-212, P-339, Fe-8			262

Руководитель

Зав.производством