

13 Марта 2026 г.

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-220, Б-12, Ж-16, У-6, Вит.С-2, Вит.РР-5, Na-210, К-174, Са-37, Mg-16, P-121, Fe-1 | .080/50 | Фрикадельки из курицы с соусом | 76-98 |
| ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1 | .180/20 | Рис припущенный с овощам,с кукурузой | 39-30 |
| ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90 | .200 | Какао с молоком | 23-40 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1к/31,25г | Хлеб витаминный | 3-32 |
| ЭЦ-676, Б-21, Ж-29, У-84, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-6, Na-954, К-418, Са-176, Mg-66, P-318, Fe-2 | | | |

ОВЗ 1-4 класс обед

| | | | |
|---|------------|---|-------|
| ЭЦ-91, Б-1, Ж-9, У-2, Вит.С-9, Na-4, К-115, Са-10, Mg-9, P-18 | .060 | Салат из св. огурцов и помидор. | 32-19 |
| ЭЦ-136, Б-6, Ж-7, У-10, Вит.А-1, Вит.С-7, Вит.РР-1, Na-639, К-317, Са-51, Mg-26, P-80, Fe-1 | .200/10/10 | Борщ из св. капусты с тушенкой, сметаной | 23-20 |
| ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1 | .200/10 | Каша рисовая с маслом сливочным | 36-50 |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1 | .200/15 | Чай с сахаром | 3-74 |
| ЭЦ-100, Б-3, У-20 | 1шт/30гр. | Печенье Коломенское | 20-05 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1к/31,25г | Хлеб витаминный | 3-32 |
| ЭЦ-714, Б-17, Ж-28, У-96, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-1088, К-650, Са-196, Mg-76, P-266, Fe-3 | | | 262 |

1-4 класс горячий завтрак

| | | | |
|---|------------|---|-------|
| ЭЦ-220, Б-12, Ж-16, У-6, Вит.С-2, Вит.РР-5, Na-210, К-174, Са-37, Mg-16, P-121, Fe-1 | .080/50 | Фрикадельки из курицы с соусом | 76-98 |
| ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, К-97, Са-19, Mg-36, P-107, Fe-1 | .180/20 | Рис припущенный с овощам,с кукурузой | 39-30 |
| ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90 | .200 | Какао с молоком | 23-40 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1к/31,25г | Хлеб витаминный | 3-32 |
| ЭЦ-676, Б-21, Ж-29, У-84, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-6, Na-954, К-418, Са-176, Mg-66, P-318, Fe-2 | | | 143 |

Руководитель _____
 Зав.производством _____

Меню Школа № 9 5-11 класс

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

5-11 класс горячий завтрак

| | | | |
|--|------------|--------------------------------------|--------|
| ЭЦ-486, Б-25, Ж-24, У-41, Вит.С-54, Вит.РР-6, Na-67, К-1425, Са-35, Mg-63, P-153, Fe-3 | .065/200 | <i>Жаркое по-домашнему</i> | 117-94 |
| ЭЦ-92, Б-3, Ж-1, У-18, Na-146, К-33, Са-6, Mg-4, P-23 | .031,25/18 | <i>Бутерброд с маслом шоколадным</i> | 33-70 |
| ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1 | .200 | <i>Чай с молоком</i> | 10-04 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1к/31,25г | <i>Хлеб витаминный</i> | 3-32 |
| | | | 165 |

ОВЗ 5-11 класс горячий завтрак

| | | | |
|--|------------|--------------------------------------|--------|
| ЭЦ-486, Б-25, Ж-24, У-41, Вит.С-54, Вит.РР-6, Na-67, К-1425, Са-35, Mg-63, P-153, Fe-3 | .065/200 | <i>Жаркое по-домашнему</i> | 117-94 |
| ЭЦ-92, Б-3, Ж-1, У-18, Na-146, К-33, Са-6, Mg-4, P-23 | .031,25/18 | <i>Бутерброд с маслом шоколадным</i> | 33-70 |
| ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1 | .200 | <i>Чай с молоком</i> | 10-04 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1к/31,25г | <i>Хлеб витаминный</i> | 3-32 |
| | | | 302 |

ЭЦ-691, Б-31, Ж-27, У-82, Вит.С-55, Вит.РР-6, Na-239, К-1556, Са-106, Mg-78, P-229, Fe-4

ОВЗ 5-11 класс обед

| | | | |
|---|------------|---|-------|
| ЭЦ-121, Б-1, Ж-12, У-2, Вит.С-12, Na-6, К-153, Са-13, Mg-12, P-24, Fe-1 | .080 | <i>Салат из св. огурцов и помидор.</i> | 42-48 |
| ЭЦ-170, Б-8, Ж-8, У-12, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-799, К-396, Са-63, Mg-33, P-99, Fe-2 | .250/10/10 | <i>Борщ из св. капусты с тушенкой, сметаной</i> | 26-21 |
| ЭЦ-379, Б-7, Ж-15, У-53, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-554, К-242, Са-162, Mg-46, P-200, Fe-1 | .250/10 | <i>Каша рисовая с маслом сливочным</i> | 41-20 |
| 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-100, Б-3, У-20 | 1шт/30гр. | <i>Печенье Коломенское</i> | 20-05 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1к/31,25г | <i>Хлеб витаминный</i> | 3-32 |
| | | | 302 |

ЭЦ-854, Б-20, Ж-35, У-108, Вит.А-1, Вит.С-23, Вит.РР-2, Na-1360, К-816, Са-243, Mg-95, P-331, Fe-5

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-91, Б-1, Ж-9, У-2, Вит.С-9, На-4, К-115, Са-10, Mg-9, P-18 | .060 | Салат из св. огурцов и помидор. | 32-19 |
| ЭЦ-136, Б-6, Ж-7, У-10, Вит.А-1, Вит.С-7, Вит.РР-1, На-639, К-317, Са-51, Mg-26, P-80, Fe-1 | .200/10/5 | Борщ из св. капусты с тушенкой, сметаной | 20-48 |
| ЭЦ-193, Б-11, Ж-14, У-5, Вит.С-1, Вит.РР-4, На-184, К-152, Са-32, Mg-14, P-106, Fe-1 | .070/50 | Фрикадельки из курицы с соусом | 67-04 |
| ЭЦ-233, Б-4, Ж-7, У-39, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-579, К-81, Са-16, Mg-30, P-89, Fe-1 | .150 | Рис припущенный с овощами | 16-23 |
| ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1 | .200/15 | Чай с сахаром | 3-74 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1к/31,25г | Хлеб витаминный | 3-32 |
| ЭЦ-737, Б-23, Ж-37, У-77, Вит.А-1, Вит.С-18, Вит.РР-6, На-1407, К-690, Са-114, Mg-83, P-301, Fe-4 | | | 143 |

ОВЗ 1-4 класс обед

| | | | |
|---|------------|--|-------|
| ЭЦ-91, Б-1, Ж-9, У-2, Вит.С-9, На-4, К-115, Са-10, Mg-9, P-18 | .060 | Салат из св. огурцов и помидор. | 32-19 |
| ЭЦ-136, Б-6, Ж-7, У-10, Вит.А-1, Вит.С-7, Вит.РР-1, На-639, К-317, Са-51, Mg-26, P-80, Fe-1 | .200/10/5 | Борщ из св. капусты с тушенкой, сметаной | 20-48 |
| ЭЦ-193, Б-11, Ж-14, У-5, Вит.С-1, Вит.РР-4, На-184, К-152, Са-32, Mg-14, P-106, Fe-1 | .070/50 | Фрикадельки из курицы с соусом | 67-04 |
| ЭЦ-233, Б-4, Ж-7, У-39, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-579, К-81, Са-16, Mg-30, P-89, Fe-1 | .150 | Рис припущенный с овощами | 16-23 |
| ЭЦ-57, У-15, На-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1 | .200/15 | Чай с сахаром | 3-74 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1к/31,25г | Хлеб витаминный | 3-32 |
| ЭЦ-737, Б-23, Ж-37, У-77, Вит.А-1, Вит.С-18, Вит.РР-6, На-1407, К-690, Са-114, Mg-83, P-301, Fe-4 | | | |

ОВЗ 1-4 класс полдник

| | | | |
|---|------------|---------------------------------|-------|
| ЭЦ-92, Б-3, Ж-1, У-18, На-146, К-33, Са-6, Mg-4, P-23 | .031,25/20 | Бутерброд с маслом шоколадным | 37-22 |
| ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1 | .200/10 | Каша рисовая с маслом сливочным | 38-33 |
| ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90 | .200 | Какао с молоком | 23-40 |
| ЭЦ-100, Б-3, У-20 | 1шт/30гр. | Печенье Коломенское | 20-05 |
| ЭЦ-644, Б-15, Ж-18, У-106, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-640, К-373, Са-256, Mg-55, P-273, Fe-1 | | | 262 |

Руководитель

Зав. производством




13 Марта 2026 г.

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

| эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), | Выход | Наименование блюда | Стоимость питания |
|---|------------|---|-------------------|
| <u>ОВЗ завтрак 1-4 класс (без содержания коровьего белка)</u> | | | |
| ЭЦ-449, Б-23, Ж-22, У-38, Вит.С-50, Вит.РР-6, Na-62, К-1315, Са-32, Mg-58, P-142, Fe-2 | .060/150 | <i>Жаркое по-домашнему</i> | 103-68 |
| ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4 | .200 | <i>Напиток Витошка</i> | 12 |
| ЭЦ-27, Б-1, У-6 | .1к/31,25г | <i>Хлеб витаминный</i> | 3-32 |
| <u>ОВЗ обед 1-4 класс (без содержания коровьего белка)</u> | | | |
| ЭЦ-91, Б-1, Ж-9, У-2, Вит.С-9, Na-4, К-115, Са-10, Mg-9, P-18 | .060 | <i>Салат из св. огурцов и помидор.</i> | 32-19 |
| ЭЦ-136, Б-6, Ж-7, У-10, Вит.А-1, Вит.С-7, Вит.РР-1, Na-639, К-317, Са-51, Mg-26, P-80, Fe-1 | .200/10/5 | <i>Борщ из св. капусты с тушенкой, сметаной</i> | 20-48 |
| ЭЦ-193, Б-11, Ж-14, У-5, Вит.С-1, Вит.РР-4, Na-184, К-152, Са-32, Mg-14, P-106, Fe-1 | .070/50 | <i>Фрикадельки из курицы с соусом</i> | 67-04 |
| ЭЦ-233, Б-4, Ж-7, У-39, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-579, К-81, Са-16, Mg-30, P-89, Fe-1 | .150 | <i>Рис припущенный с овощами</i> | 16-23 |
| 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-27, Б-1, У-6 | .1к/31,25г | <i>Хлеб витаминный 1 кус.</i> | 3-32 |
| ЭЦ-737, Б-23, Ж-37, У-77, Вит.А-1, Вит.С-18, Вит.РР-6, Na-1407, К-690, Са-114, Mg-83, P-301, Fe-4 | | | 262 |

Руководитель

Зав. производством