

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-392, Б-20, Ж-31, У-9, Вит.С-6, Вит.РР-8, Na-1475, К-312, Са-45, Mg-28, P-203, Fe-2	.60/60	<i>Венгерский гуляш из филе птицы</i>	109-55
ЭЦ-306, Б-10, Ж-7, У-49, Вит.РР-2, Na-641, К-299, Са-22, Mg-157, P-236, Fe-5	.165	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	18-13
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
ЭЦ-759, Б-31, Ж-38, У-73, Вит.С-34, Вит.РР-14, Na-2116, К-611, Са-67, Mg-185, P-439, Fe-7			

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-121, Б-2, Ж-6, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-1, Na-819, К-411, Са-33, Mg-23, P-67, Fe-1	.200/25/10	<i>Рассольник Ленинг. с тушенкой, сметаной</i>	38-57
ЭЦ-291, Б-9, Ж-9, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-90	.200/10	<i>Каша пшеничная с маслом сливочным</i>	34-77
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/30гр.	<i>Печенье Коломенское</i>	20-05
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-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	<i>Хлеб витаминный</i>	6-64
ЭЦ-725, Б-19, Ж-23, У-110, Вит.А-6, Вит.С-19, Вит.РР-2, Na-1526, К-762, Са-251, Mg-69, P-240, Fe-2			262

1-4 класс горячий завтрак

ЭЦ-392, Б-20, Ж-31, У-9, Вит.С-6, Вит.РР-8, Na-1475, К-312, Са-45, Mg-28, P-203, Fe-2	.60/60	<i>Венгерский гуляш из филе птицы</i>	109-55
ЭЦ-306, Б-10, Ж-7, У-49, Вит.РР-2, Na-641, К-299, Са-22, Mg-157, P-236, Fe-5	.165	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	18-13
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
ЭЦ-759, Б-31, Ж-38, У-73, Вит.С-34, Вит.РР-14, Na-2116, К-611, Са-67, Mg-185, P-439, Fe-7			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-106, Ж-11, У-1, Вит.С-4, На-216, К-63, Са-12, Mg-6, P-19	.055	Салат из свежих огурцов	33-68
ЭЦ-283, Б-14, Ж-19, У-14, Вит.С-3, Вит.РР-2, На-41, К-78, Са-14, Mg-10, P-39	.100/50	Тефтели с соусом	89-46
ЭЦ-252, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, На-2441, К-77, Са-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	25-74
ЭЦ-75, У-19, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-62, Вит.РР-9	.200	Кисель Валитек	12-80
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
			165
ЭЦ-743, Б-21, Ж-36, У-83, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-69, Вит.РР-12, На-2698, К-218, Са-62, Mg-27, P-117, Fe-1			

ОВЗ 5-11 класс горячий завтрак

ЭЦ-106, Ж-11, У-1, Вит.С-4, На-216, К-63, Са-12, Mg-6, P-19	.055	Салат из свежих огурцов	33-68
ЭЦ-283, Б-14, Ж-19, У-14, Вит.С-3, Вит.РР-2, На-41, К-78, Са-14, Mg-10, P-39	.100/50	Тефтели с соусом	89-46
ЭЦ-252, Б-6, Ж-6, У-43, Вит.РР-1, На-2441, К-77, Са-36, Mg-11, P-59, Fe-1	.180	Макаронные изделия отварные	25-74
ЭЦ-75, У-19, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-62, Вит.РР-9	.200	Кисель Валитек	12-80
ЭЦ-27, Б-1, У-6	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	3-32
			302
ЭЦ-743, Б-21, Ж-36, У-83, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-69, Вит.РР-12, На-2698, К-218, Са-62, Mg-27, P-117, Fe-1			

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-151, Б-3, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-1024, К-513, Са-41, Mg-29, P-83, Fe-1	.250/25/10	Рассольник Ленинг. с тушенкой, сметаной	43-03
ЭЦ-364, Б-11, Ж-11, У-55, Вит.С-2, На-546, К-181, Са-153, Mg-18, P-113	.250/12	Каша пшеничная с маслом сливочным	42-36
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/30гр.	Печенье Коломенское	20-05
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, На-26, К-98, Са-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	10-04
ЭЦ-54, Б-2, У-11	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	6-64
			302
ЭЦ-876, Б-22, Ж-31, У-127, Вит.А-9, Вит.С-24, Вит.РР-2, На-2002, К-972, Са-309, Mg-92, P-299, 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
--	-------	--------------------	-------------------

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-122, Б-2, Ж-6, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-808, К-391, Са-27, Mg-22, P-55, Fe-1	.200/6	<i>Рассольник Ленинградский со сметаной</i>	20-68
ЭЦ-307, Б-16, Ж-24, У-7, Вит.С-5, Вит.РР-6, Na-1156, К-245, Са-35, Mg-22, P-159, Fe-2	.47/47	<i>Венгерский гуляш из филе птицы</i>	89-85
ЭЦ-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, Na-583, К-272, Са-20, Mg-143, P-215, Fe-5	.150	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	16-48
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</i>	3-32
<hr/>			
ЭЦ-864, Б-29, Ж-43, У-90, Вит.А-6, Вит.С-21, Вит.РР-9, Na-2792, К-1041, Са-117, Mg-212, P-467, Fe-9			

ОВЗ 1-4 класс полдник

ЭЦ-136, Б-5, Ж-4, У-18, Na-248, К-48, Са-130, Mg-10, P-90	.031,25/20	<i>Бутерброд с сыром</i>	28-30
ЭЦ-291, Б-9, Ж-9, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-145, Са-123, Mg-14, P-90	.200/6	<i>Каша пшеничная с маслом сливочным</i>	26-91
ЭЦ-75, У-19, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-62, Вит.РР-9	.200	<i>Кисель Валитек</i>	12-80
ЭЦ-100, Б-3, У-20	1шт/30гр.	<i>Печенье Коломенское</i>	20-05
ЭЦ-2, Вит.С-1, Na-1, К-12, Са-1	1 шт.	<i>Мандарин</i>	30-94
<hr/>			
ЭЦ-604, Б-17, Ж-13, У-101, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-64, Вит.РР-9, Na-686, К-205, Са-254, Mg-24, P-180			262

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-122, Б-2, Ж-6, У-14, Вит.А-1, Вит.С-13, Вит.РР-1, Na-808, К-391, Са-27, Mg-22, P-55, Fe-1	.200/6	<i>Рассольник Ленинградский со сметаной</i>	20-68
ЭЦ-307, Б-16, Ж-24, У-7, Вит.С-5, Вит.РР-6, Na-1156, К-245, Са-35, Mg-22, P-159, Fe-2	.47/47	<i>Венгерский гуляш из филе птицы</i>	89-85
ЭЦ-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, Na-583, К-272, Са-20, Mg-143, P-215, Fe-5	.150	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	16-48
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</i>	3-32
<hr/>			
ЭЦ-864, Б-29, Ж-43, У-90, Вит.А-6, Вит.С-21, Вит.РР-9, Na-2792, К-1041, Са-117, Mg-212, P-467, Fe-9			143

Руководитель _____
 Зав. производством _____

23 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
--	-------	--------------------	-------------------

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

ЭЦ-255, Б-12, Ж-17, У-13, Вит.С-3, Вит.РР-2, Na-37, К-70, Са-12, Mg-9, P-35	.090/50	<i>Тефтели с соусом</i>	80-51
ЭЦ-225, Б-6, Ж-5, У-38, Вит.РР-1, Na-2116, К-68, Са-31, Mg-10, P-53, Fe-1	.156	<i>Макаронные изделия отварные</i>	22-37
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>	3-32
ЭЦ-582, Б-19, Ж-22, У-76, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-65, Вит.РР-12, Na-2153, К-138, Са-43, Mg-19, P-88, Fe-1			

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, Na-244, К-108, Са-30, Mg-21, P-30	.060	<i>Морковь отварная с маслом раст.</i>	8-93
ЭЦ-121, Б-2, Ж-6, У-14, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-1, Na-819, К-411, Са-33, Mg-23, P-67, Fe-1	.200/15	<i>Рассольник Ленинг. с тушенкой</i>	24-29
ЭЦ-294, Б-15, Ж-23, У-7, Вит.С-5, Вит.РР-6, Na-1106, К-234, Са-34, Mg-21, P-152, Fe-2	.45/45	<i>Венгерский гуляш из филе птицы</i>	86-24
ЭЦ-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, Na-583, К-272, Са-20, Mg-143, P-215, Fe-5	.150	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	16-48
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</i>	3-32
ЭЦ-850, Б-28, Ж-42, У-90, Вит.А-6, Вит.С-22, Вит.РР-9, Na-2753, К-1050, Са-122, Mg-212, P-472, Fe-9			262

Руководитель _____
 Зав.производством _____
