

# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

9 февраля 2026 года

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250		1,818	5,195	8,940	91
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ отварные	11		2,519	2,154	0,123	30
СМЕТАНА	5		0,130	0,750	0,180	8
ПИРОГ "ЗЕБРА"	50		4,273	11,886	31,785	251
НАПИТОК ИЗ ВИШНИ	200		0,120	0,030	11,570	48
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,250	0,250	11,250	55
<b>Итого:</b>		<b>66,00</b>	<b>10,11</b>	<b>20,265</b>	<b>62,815</b>	

ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250		1,818	5,195	8,940	91
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ отварные	11		2,519	2,154	0,123	30
СМЕТАНА	5		0,130	0,750	0,180	8
ЭЧ - ПОЧМАК С ГОВЯДИНОЙ	100		6,000	4,934	40,266	229
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200		0,100	0,100	12,430	52
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,250	0,250	11,250	55
<b>Итого:</b>		<b>66,00</b>	<b>11,817</b>	<b>13,383</b>	<b>73,189</b>	<b>465</b>

ПЕЛЬМЕНИ ДЛЯ УМНИКОВ И УМНИЦ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/5		12,049	14,359	28,197	290
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200		-	-	13,100	53
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	30		1,500	0,300	13,500	77
<b>Итого:</b>		<b>66,00</b>	<b>13,549</b>	<b>14,659</b>	<b>54,797</b>	<b>420</b>

ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100		0,400	0,400	9,800	47
КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ	90		10,493	9,730	6,771	157
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150		6,622	5,399	25,875	179
НАПИТОК ИЗ ВИШНИ	200		0,120	0,030	11,570	48
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47
ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	1/125		-	-	15,000	60
<b>Итого:</b>		<b>92,76</b>	<b>20,155</b>	<b>15,919</b>	<b>87,856</b>	<b>581</b>

ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100		0,400	0,400	9,800	47
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГЕРКУЛЕСОВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	150/5		7,549	7,296	25,325	197
КАКАО С МОЛОКОМ	200		3,972	2,300	6,168	61
ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	1/125		-	-	15,000	60
ВАФЛИ ВЕСОВЫЕ 2 шт/	42		5,500	5,000	26,000	172
БАТОН	30		2,250	0,870	15,420	79
<b>Итого:</b>		<b>92,76</b>	<b>19,671</b>	<b>15,866</b>	<b>87,713</b>	<b>616</b>

Директор МБОУ «Гимназия №9»



М.Б. Кузнецова

# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

9 февраля 2026 года

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
<b>1-Салаты</b>						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100		0,400	0,400	9,800	47
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10		2,330	8,120	15,500	145
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100		1,552	5,085	9,408	91
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100		1,182	5,086	11,266	97
	<b>СРЕД:</b>		<b>1,366</b>	<b>4,673</b>	<b>11,484</b>	<b>95</b>
<b>1-Первые блюда</b>						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250		1,818	5,195	8,940	91
- ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ ОТВАРНЫЕ	11		2,519	2,154	0,123	30
- СМЕТАНА	10		0,260	1,500	0,360	16
	<b>СРЕД:</b>		<b>4,597</b>	<b>8,849</b>	<b>9,423</b>	<b>137</b>
<b>2-Вторые блюда</b>						
ГОРБУША ПО - МОСКОВСКИ	80/20		20,224	15,941	1,790	232
ШАШЛЫК ИЗ КУРИНОЙ ГРУДКИ	100		24,474	27,308	1,457	349
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/50		16,042	14,437	2,597	200
КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	90		11,659	10,811	7,523	174
	<b>СРЕД:</b>		<b>17,850</b>	<b>17,124</b>	<b>3,342</b>	<b>239</b>
<b>2-Самостоятельные вторые блюда</b>						
ГРУДКА КУРИНАЯ ПО - ФРАНЦУЗСКИ	180		17,000	28,897	16,907	397
ОЛАДЫИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 2 шт/60/10 г ( из п/ф 36 г)	70г		1,575	5,546	11,813	103
	<b>СРЕД:</b>		<b>9,288</b>	<b>17,222</b>	<b>14,360</b>	<b>250</b>
<b>3-Гарниры</b>						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180		7,946	6,479	50,249	291
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180		6,722	6,079	43,083	254
ОВОЩНАЯ СМЕСЬ ОТВАРНАЯ	100		3,554	3,327	8,885	80
КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ	180		4,209	9,869	34,082	242
	<b>СРЕД:</b>		<b>5,608</b>	<b>6,439</b>	<b>34,075</b>	<b>217</b>
<b>4-Напитки</b>						
ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ	200/8		-	-	7,984	32
НАПИТОК ИЗ УРЮКА	200		0,800	0,064	9,460	42
	<b>СРЕД:</b>		<b>0,800</b>	<b>0,064</b>	<b>6,722</b>	<b>37</b>
<b>5-Хлеб</b>						
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47
	<b>СРЕД:</b>		<b>1,260</b>	<b>0,180</b>	<b>9,420</b>	<b>46</b>
<b>Итого:</b>		<b>93,00</b>	<b>40,768</b>	<b>54,661</b>	<b>90,836</b>	<b>1 021</b>

КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	140		3,231	4,325	20,334	133
НАПИТОК ИЗ УРЮКА	200		0,800	0,064	18,460	79
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ (СЕЛЬСКИЙ)	15		0,750	0,150	6,750	33
<b>Итого:</b>		<b>10,70</b>	<b>4,781</b>	<b>4,539</b>	<b>45,544</b>	<b>245</b>

ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250		1,818	5,195	8,940	91
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ ОТВАРНЫЕ	11		2,519	2,154	0,123	30
ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	10		1,197	0,126	7,746	37
СМЕТАНА	5		0,130	0,750	0,180	8
<b>Итого:</b>		<b>21,00</b>	<b>5,664</b>	<b>8,225</b>	<b>16,989</b>	<b>166</b>

Директор МБОУ «Гимназия №9»



М.Б. Кузнецова

# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

10 февраля 2026 года

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох)	250		5,870	5,545	19,280	151
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ отварные	22		5,038	4,308	0,246	60
ТРЕПКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	10		1,197	0,126	7,746	37
КЕКС ВОЛЖСКИЙ	50		2,754	3,843	18,934	121
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200		0,100	0,100	12,430	52
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,250	0,250	11,250	55
<b>Итого:</b>		<b>66,00</b>	<b>16,209</b>	<b>14,172</b>	<b>69,886</b>	<b>476</b>

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох)	250		5,870	5,545	19,280	151
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ отварные	11		2,519	2,154	0,123	30
ПИЦЦА С КУРИЦЕЙ И СЫРОМ	85		15,245	15,348	26,847	308
КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КОМПОТНОЙ СМЕСИ	200		0,135	0,023	11,150	46
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,250	0,250	11,250	55
<b>Итого:</b>		<b>66,00</b>	<b>25,019</b>	<b>23,32</b>	<b>68,65</b>	<b>590</b>

ФРИКАССЕ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК	45/45		8,150	5,604	3,241	96
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	150		2,303	4,129	23,944	142
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200		0,100	0,100	12,430	52
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	30		1,500	0,300	13,500	77
<b>Итого:</b>		<b>66,00</b>	<b>12,053</b>	<b>10,133</b>	<b>53,115</b>	<b>367</b>

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60		0,931	3,051	5,645	54
ЖАРКОЕ ИЗ ФИЛЕ КУРИНЫХ ГРУДОК	30/160		11,912	10,698	29,090	260
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200		0,100	0,100	12,430	52
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47
БАТОНЧИК (в ассортименте)	1/30		1,800	6,200	15,400	128
<b>Итого:</b>		<b>92,76</b>	<b>17,263</b>	<b>20,409</b>	<b>81,405</b>	<b>585</b>

СЫР ПОРЦИЯМИ	15		3,945	3,990	-	53
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	50		6,100	5,132	1,879	78
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСОВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	150/5		7,000	4,060	32,551	195
БЛИНЧИКИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 1 шт/	45/20		2,768	2,978	19,798	117
НАПИТОК ИЗ ВИШНИ	200		0,120	0,030	11,570	48
БАТОН	30		2,250	0,870	15,420	79
<b>Итого:</b>		<b>92,76</b>	<b>20,183</b>	<b>17,060</b>	<b>81,218</b>	<b>570</b>

Директор МБОУ «Гимназия №9» *М.Б. Кузнецова*



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

10 февраля 2026 года

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
<b>1-Салаты</b>						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100		0,400	0,400	9,800	47
БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ (батон в/с)	30/15		6,195	4,860	15,420	131
САЛАТ РОЗОВЫЙ ЗАКАТ	100		1,552	10,081	5,516	120
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100		1,598	5,096	8,240	88
	<b>СРЕД:</b>		<b>2,436</b>	<b>5,108</b>	<b>9,744</b>	<b>97</b>
<b>1-Первые блюда</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох)	250		5,870	5,545	19,280	151
- ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ отварные	11		2,519	2,154	0,123	30
	<b>СРЕД:</b>		<b>8,389</b>	<b>7,699</b>	<b>19,403</b>	<b>181</b>
<b>2-Вторые блюда</b>						
ГОРБУША ЗАПЕЧЕННАЯ С СЫРОМ, СОУСОМ Переменка	80/10/10		21,113	18,719	3,228	266
ФРИКАССЕ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК	50/50		9,056	6,227	3,601	107
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В СОУСЕ ТОМАТНОМ	60/40		9,877	12,099	7,173	177
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	100		12,200	10,264	3,758	156
	<b>СРЕД:</b>		<b>13,062</b>	<b>11,827</b>	<b>4,440</b>	<b>177</b>
<b>2-Самостоятельные вторые блюда</b>						
ЖАРКОЕ ИЗ ФИЛЕ КУРИНЫХ ГРУДОК	30/160		11,912	10,698	29,090	260
БУРИТОС С ОТВАРНОЙ КУРИЦЕЙ И СЫРОМ	180		17,823	32,605	29,680	487
	<b>СРЕД:</b>		<b>14,868</b>	<b>21,652</b>	<b>29,385</b>	<b>374</b>
<b>3-Гарниры</b>						
РИС ОТВАРНОЙ	180		4,601	6,521	48,017	269
СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ	180		6,722	6,079	43,083	254
КАПУСТА БРОККОЛИ ОТВАРНАЯ	100		3,111	3,441	4,444	31
	<b>СРЕД:</b>		<b>4,811</b>	<b>5,347</b>	<b>31,848</b>	<b>185</b>
<b>4-Напитки</b>						
ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ	200/8		-	-	7,984	32
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200		0,100	0,100	12,430	52
	<b>СРЕД:</b>		<b>0,050</b>	<b>0,050</b>	<b>10,207</b>	<b>42</b>
<b>5-Хлеб</b>						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,180	9,840	47
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44
	<b>СРЕД:</b>		<b>1,260</b>	<b>0,180</b>	<b>9,420</b>	<b>46</b>
<b>Итого:</b>		<b>93,00</b>	<b>44,875</b>	<b>51,864</b>	<b>114,447</b>	<b>1 101</b>

КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	140		2,150	3,854	22,350	133
ЧАЙ С САХАРОМ	200/8		0,021	0,005	7,989	32
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ (СЕЛЬСКИЙ)	15		0,750	0,150	6,750	33
<b>Итого:</b>		<b>10,70</b>	<b>2,921</b>	<b>4,009</b>	<b>37,089</b>	<b>198</b>

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох)	250		5,870	5,545	19,280	151
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ отварные	11		2,519	2,154	0,123	30
ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	15		1,795	0,189	11,617	55
<b>Итого:</b>		<b>21,00</b>	<b>10,184</b>	<b>7,888</b>	<b>31,02</b>	<b>236</b>

Директор МБОУ «Гимназия №9»  М.Б. Луговский



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

11 февраля 2026 года

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250		1,775	5,166	12,300	103
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ ДЛЯ СУПОВ (ОТВАРНЫЕ)	10		1,621	1,363	0,270	20
СМЕТАНА	5		0,130	0,750	0,180	8
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200		-	-	13,100	53
ПИРОЖНОЕ МЕДОВОЕ	50		3,571	7,324	36,783	228
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,250	0,250	11,250	55
<b>Итого:</b>		<b>66,00</b>	<b>8,347</b>	<b>14,853</b>	<b>73,883</b>	<b>467</b>

БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250		1,775	5,166	12,300	103
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ ДЛЯ СУПОВ (ОТВАРНЫЕ)	10		1,621	1,363	0,270	20
СМЕТАНА	5		0,130	0,750	0,180	8
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОКИ)	200		0,080	0,080	11,940	49
ПИЦЦА С СЫРОМ	85		13,600	11,400	23,700	252
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,250	0,250	11,250	55
<b>Итого:</b>		<b>66,00</b>	<b>18,456</b>	<b>19,009</b>	<b>59,64</b>	<b>487</b>

БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ ПО-ДОМАШНЕМУ ЗАПЕЧЕННЫЙ	90		13,497	12,037	8,367	192
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150		3,500	4,643	22,028	144
ЧАЙ С САХАРОМ	200/8		0,021	0,005	7,989	32
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	30		1,500	0,300	13,500	77
<b>Итого:</b>		<b>66,00</b>	<b>18,518</b>	<b>16,985</b>	<b>51,884</b>	<b>445</b>

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (с маслом)	60		0,855	3,653	5,016	56
ГУЛЯШ ИЗ ФИЛЕ ГРУДОК ИНДЕЙКИ	45/45		9,002	7,246	1,873	109
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		5,602	5,068	35,906	212
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200		0,012	0,001	10,178	41
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47
МАФФИН ШОКОЛАДНЫЙ	30		2,068	4,341	14,864	107
<b>Итого:</b>		<b>92,76</b>	<b>20,059</b>	<b>20,669</b>	<b>86,677</b>	<b>616</b>

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10		0,080	7,250	0,080	66
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100		0,400	0,400	9,800	47
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ, МАСЛОМ	150/5		9,030	6,802	32,158	226
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200		0,012	0,001	10,178	41
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ ДМК	1/125		3,500	3,125	5,125	63
БАТОН	30		2,250	0,870	15,420	79
ПЕЧЕНЬЕ ВЕСОВОЕ 4 шт/	12,8		0,883	1,766	9,485	57
<b>Итого:</b>		<b>92,76</b>	<b>16,155</b>	<b>20,214</b>	<b>82,246</b>	<b>579</b>

Директор МБОУ «Гимназия №9»



М.Б. Кузнецова

# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

11 февраля 2026 года

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
<b>1-Салаты</b>						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100		0,400	0,400	9,800	47
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10		2,330	8,120	15,500	145
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100		1,182	5,086	11,266	97
ЯЙЦО ПОД СОУСОМ "Переменка" с Э/ГОРОШКОМ	48/10/10г		6,691	11,270	1,402	134
	<b>СРЕД:</b>		<b>2,651</b>	<b>6,219</b>	<b>9,492</b>	<b>106</b>
<b>1-Первые блюда</b>						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250		1,775	5,166	12,300	103
- ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ ДЛЯ СУПОВ (ОТВАРНЫЕ)	10		1,621	1,363	0,270	20
- СМЕТАНА	10		0,280	1,600	0,360	16
	<b>СРЕД:</b>		<b>3,656</b>	<b>8,029</b>	<b>12,930</b>	<b>139</b>
<b>2-Вторые блюда</b>						
ГОРБУША ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ, СОУСОМ Переменка	60/10/10		21,113	18,719	3,226	266
БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ ПО-ДОМАШНЕМУ ЗАПЕЧЕННЫЙ С СЫРОМ	90/10		16,127	14,697	6,367	227
ГУЛЯШ ИЗ ФИЛЕ ГРУДОК ИНДЕЙКИ	60/50		10,002	8,051	2,061	121
	<b>СРЕД:</b>		<b>15,747</b>	<b>13,822</b>	<b>4,558</b>	<b>205</b>
<b>2-Самостоятельные вторые блюда</b>						
ПЕЛЬМЕНИ ДЛЯ УМНИКОВ И УМНИЦ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/5		12,049	14,359	28,197	290
БЛИНЧИКИ (п/ф) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 4шт/	180/20		11,340	8,396	66,900	390
	<b>СРЕД:</b>		<b>11,695</b>	<b>11,378</b>	<b>47,549</b>	<b>340</b>
<b>3-Гарниры</b>						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180		4,154	5,581	26,149	171
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180		6,722	6,079	43,083	254
КАША ПОЛБЯНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180		8,480	7,326	34,949	231
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180		4,083	8,885	16,823	165
	<b>СРЕД:</b>		<b>5,355</b>	<b>6,963</b>	<b>30,250</b>	<b>205</b>
<b>4-Напитки</b>						
ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ	200/6		-	-	7,964	32
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200		-	-	13,100	63
	<b>СРЕД:</b>				<b>10,542</b>	<b>43</b>
<b>5-Хлеб</b>						
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47
	<b>СРЕД:</b>		<b>1,260</b>	<b>0,180</b>	<b>9,420</b>	<b>46</b>
<b>Итого:</b>		<b>93,00</b>	<b>40,364</b>	<b>46,591</b>	<b>124,741</b>	<b>1 084</b>

БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250		1,775	5,166	12,300	103
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ отварные	11		2,519	2,154	0,123	30
ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	10		1,197	0,126	7,746	37
СМЕТАНА	5		0,130	0,750	0,180	8
<b>Итого:</b>		<b>21,00</b>	<b>5,621</b>	<b>8,196</b>	<b>20,349</b>	<b>178</b>

КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	140		3,943	4,673	22,616	148
НАПИТОК ИЗ УРЮКА	200		0,800	0,064	18,460	79
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ (СЕЛЬСКИЙ)	15		0,750	0,150	6,750	33
<b>Итого:</b>		<b>10,70</b>	<b>5,493</b>	<b>4,887</b>	<b>47,826</b>	<b>260</b>



Директор МБОУ «Гимназия №9» *М.Б. Кузнецов*

# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

12 февраля 2026 года

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
СУП "ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ" (с гречневой крупой)	250		2,530	3,031	18,567	112
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ отварные	11		2,519	2,154	0,123	30
ГРЕЧКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	10		1,197	0,128	7,746	37
ПИРОЖНОЕ ШКОЛЬНОЕ	40		2,279	8,456	18,750	161
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200		0,012	0,001	10,178	41
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,250	0,250	11,250	55
<b>Итого:</b>		<b>66,00</b>	<b>9,787</b>	<b>14,018</b>	<b>66,614</b>	<b>436</b>

СУП "ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ" (с гречневой крупой)	250		2,530	3,031	18,567	112
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ отварные	11		2,519	2,154	0,123	30
ГРЕЧКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	5		0,599	0,063	3,875	19
СОСИСКИ В ТЕСТЕ (крученые)	100		10,503	15,236	32,107	310
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200		0,012	0,001	10,178	41
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,250	0,250	11,250	55
<b>Итого:</b>		<b>66,00</b>	<b>17,413</b>	<b>20,735</b>	<b>76,1</b>	<b>567</b>

КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ НЕЖНЫЕ	90		10,857	10,288	8,947	172
КАША ПОЛБЯНАЯ	150		5,384	6,105	29,124	193
КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КОМПОТНОЙ СМЕСИ	200		0,135	0,023	11,150	46
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	30		1,500	0,300	13,500	77
<b>Итого:</b>		<b>66,00</b>	<b>17,876</b>	<b>16,716</b>	<b>62,721</b>	<b>488</b>

ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100		0,400	0,400	9,800	47
ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ	30/160		13,604	15,543	35,965	338
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОКИ)	200		0,080	0,080	11,940	49
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47
ПЕЧЕНЬЕ СДОБНОЕ ШОКОЛАДНОЕ	15		1,166	4,183	9,224	79
<b>Итого:</b>		<b>92,76</b>	<b>17,770</b>	<b>20,566</b>	<b>85,769</b>	<b>604</b>

СЫР ПОРЦИЯМИ	15		3,945	3,990	-	53
КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ	90		10,493	9,730	6,771	157
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	150/5		3,540	5,268	22,068	150
НАПИТОК ИЗ УРЮКА	200		0,800	0,064	9,460	42
БАТОНЧИК (в ассортименте)	1/30		1,800	6,200	15,400	128
БАТОН	30		2,250	0,870	15,420	79
<b>Итого:</b>		<b>92,76</b>	<b>20,028</b>	<b>20,122</b>	<b>69,119</b>	<b>608</b>

Директор МБОУ «Гимназия №9» *А.В. Кузнецова*



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

12 февраля 2026 года

Наименование блюда	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
<b>1-Салаты</b>						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100		0,400	0,400	9,800	47
БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ (батон в/о)	30/15		6,185	4,860	15,420	131
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100		1,317	5,168	11,189	98
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (с маслом)	100		1,425	6,089	8,360	94
<b>СРЕД:</b>			<b>2,334</b>	<b>4,129</b>	<b>11,192</b>	<b>93</b>
<b>1-Первые блюда</b>						
СУП "ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ" (с гречневой крупой)	250		2,530	3,031	18,567	112
- ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ отварные	11		2,519	2,154	0,123	30
<b>СРЕД:</b>			<b>5,049</b>	<b>5,185</b>	<b>18,690</b>	<b>142</b>
<b>2-Вторые блюда</b>						
ГОРБУША ПО - МОСКОВСКИ	80/20		20,224	15,941	1,790	232
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В СОУСЕ ТОМАТНОМ	60/30		9,811	11,740	6,670	172
КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ НЕЖНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	90/10		12,063	11,431	9,941	191
<b>СРЕД:</b>			<b>14,033</b>	<b>13,037</b>	<b>6,134</b>	<b>198</b>
<b>2-Самостоятельные вторые блюда</b>						
ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ	30/160		13,604	16,843	45,965	396
БУРИТОС С ОТВАРНОЙ КУРИЦЕЙ И СЫРОМ	180		17,523	32,605	29,680	487
ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 2 шт/60/10 г ( из п/ф 36 г)	70г		1,576	5,546	11,813	103
<b>СРЕД:</b>			<b>11,001</b>	<b>18,331</b>	<b>29,153</b>	<b>329</b>
<b>3-Гарниры</b>						
РИС ОТВАРНОЙ	180		4,601	6,521	48,017	269
СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ	180		6,722	6,079	43,083	254
КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ	180		4,209	9,869	34,082	242
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ	100		3,012	3,358	5,060	63
<b>СРЕД:</b>			<b>4,636</b>	<b>6,457</b>	<b>32,561</b>	<b>207</b>
<b>4-Напитки</b>						
ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ	200/8		-	-	7,984	32
КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КОМПОТНОЙ СМЕСИ	200		0,135	0,023	11,150	46
<b>СРЕД:</b>			<b>0,068</b>	<b>0,012</b>	<b>9,567</b>	<b>39</b>
<b>5-Хлеб</b>						
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47
<b>СРЕД:</b>			<b>1,260</b>	<b>0,180</b>	<b>9,420</b>	<b>46</b>
<b>Итого:</b>		<b>93,00</b>	<b>38,380</b>	<b>47,332</b>	<b>116,716</b>	<b>1 054</b>
<b>Итого по 1-му варианту:</b>						
СУП "ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ" (с гречневой крупой)	250		2,530	3,031	18,567	112
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ отварные	11		2,519	2,154	0,123	30
ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	5		0,599	0,063	3,875	19
<b>Итого:</b>		<b>21,00</b>	<b>5,648</b>	<b>5,248</b>	<b>22,565</b>	<b>161</b>
<b>Итого по 2-му варианту:</b>						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ ВЯЗКАЯ	160		4,282	6,196	21,335	158
ЧАЙ С САХАРОМ	200/8		0,021	0,005	7,989	32
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ (СЕЛЬСКИЙ)	15		0,750	0,150	6,750	33
<b>Итого:</b>		<b>10,70</b>	<b>5,053</b>	<b>6,351</b>	<b>36,074</b>	<b>223</b>



Директор МБОУ «Гимназия №9» *М. Б. Кузнецов*

# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

13 февраля 2026 года

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
РАССОЛБНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250		2,285	5,385	16,925	126
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ ДЛЯ СУПОВ (ОТВАРНЫЕ)	20		3,242	2,725	0,539	40
ТРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	10		1,197	0,126	7,746	37
СМЕТАНА	5		0,130	0,750	0,180	8
НАПИТОК ИЗ УРЮКА	200		0,800	0,064	9,460	42
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,250	0,250	11,250	55
ВАФЛИ ВЕСОВЫЕ 3 шт/	63		8,250	7,500	39,000	258
<b>Итого:</b>		<b>66,00</b>	<b>17,154</b>	<b>16,800</b>	<b>85,100</b>	<b>566</b>

РАССОЛБНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250		2,285	5,385	16,925	126
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ ДЛЯ СУПОВ (ОТВАРНЫЕ)	10		1,621	1,363	0,270	20
СМЕТАНА	5		0,130	0,750	0,180	8
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С КУРИЦЕЙ И КАРТОШКОЙ	80		7,772	12,107	31,275	266
ЧАЙ С САХАРОМ	200/8		0,007	0,002	7,986	32
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,250	0,250	11,250	55
<b>Итого:</b>		<b>66,00</b>	<b>13,065</b>	<b>19,857</b>	<b>67,886</b>	<b>507</b>

НАГЕТСЫ КУРИНЫЕ	80		15,661	15,701	3,351	214
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		5,602	5,068	35,906	212
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200		0,100	0,100	12,430	52
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	30		1,500	0,300	13,500	77
<b>Итого:</b>		<b>66,00</b>	<b>22,863</b>	<b>21,169</b>	<b>65,187</b>	<b>555</b>

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60		0,709	3,052	6,759	58
КОТЛЕТЫ АППЕТИТНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	90		9,069	6,869	8,996	134
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150		3,282	4,657	22,027	146
ЧАЙ С САХАРОМ	200/8		0,007	0,002	7,986	32
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47
ВАФЛИ ВЕСОВЫЕ 1 шт/	21		2,750	2,500	13,000	86
<b>Итого:</b>		<b>92,76</b>	<b>18,337</b>	<b>17,440</b>	<b>77,608</b>	<b>547</b>

ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100		0,400	0,400	9,800	47
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСОВОЙ И ПШЕННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	150/5		8,964	7,605	25,377	206
ОЛАДЫИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 1 шт/30/10 г ( из п/ф 36 г)	40г		0,900	3,169	6,750	59
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		3,300	3,810	12,076	96
БАТОН	30		2,250	0,870	15,420	79
ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	1/125		-	-	15,000	60
<b>Итого:</b>		<b>92,76</b>	<b>15,814</b>	<b>15,854</b>	<b>84,423</b>	<b>547</b>

Директор МБОУ «Гимназия №9» *М.Б. Кузнецов*



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

13 февраля 2026 года

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
<b>1-Салаты</b>						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100		0,400	0,400	9,800	47
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/15		6,195	4,860	15,420	131
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100		1,182	5,086	11,266	97
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОГУРЦАМИ	100		1,490	5,251	10,071	94
	<b>СРЕД:</b>		<b>2,317</b>	<b>3,899</b>	<b>11,639</b>	<b>92</b>
<b>1-Первые блюда</b>						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250		2,285	5,385	16,925	126
- СМЕТАНА	10		0,260	1,500	0,360	16
- ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ ДЛЯ СУПОВ (ОТВАРНЫЕ)	10		1,621	1,363	0,270	20
	<b>СРЕД:</b>		<b>4,166</b>	<b>8,248</b>	<b>17,555</b>	<b>162</b>
<b>2-Вторые блюда</b>						
ГОРБУША ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ, СОУСОМ Переменка	80/10/10		21,113	18,719	3,226	266
КОТЛЕТЫ АППЕТИТНЫЕ МЯСО-КУРИНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ 90/10	100		10,077	7,632	9,996	149
РЫБНЫЕ КОТЛЕТЫ С СЛИВОЧНОМ МАРИНАДЕ 90/10	100		22,753	24,686	1,583	319
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/50		15,042	14,437	2,697	200
НАГЕТСЫ КУРИНЫЕ	96		18,794	18,841	4,021	257
	<b>СРЕД:</b>		<b>17,556</b>	<b>16,663</b>	<b>4,285</b>	<b>238</b>
<b>2-Самостоятельные вторые блюда</b>						
БЛИНЧИКИ (п/ф) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 4шт/	180/20		11,340	8,396	66,900	390
	<b>СРЕД:</b>		<b>11,340</b>	<b>8,396</b>	<b>66,900</b>	<b>390</b>
<b>3-Гарниры</b>						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180		7,946	6,479	50,249	291
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180		6,722	6,079	43,083	254
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180		4,125	5,467	25,741	173
ОВОЩНАЯ СМЕСЬ ОТВАРНАЯ	100		3,554	3,327	8,885	80
	<b>СРЕД:</b>		<b>5,587</b>	<b>5,338</b>	<b>31,990</b>	<b>200</b>
<b>4-Напитки</b>						
ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200/8/5		0,045	0,005	8,134	34
НАПИТОК ИЗ УРЮКА	200		0,600	0,064	9,460	42
	<b>СРЕД:</b>		<b>0,423</b>	<b>0,035</b>	<b>8,797</b>	<b>38</b>
<b>5-Хлеб</b>						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,240	47
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44
	<b>СРЕД:</b>		<b>1,260</b>	<b>0,180</b>	<b>9,420</b>	<b>46</b>
<b>Итого:</b>		<b>93,00</b>	<b>42,648</b>	<b>42,959</b>	<b>150,586</b>	<b>1 166</b>
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	160		5,975	5,411	38,296	226
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200		0,100	0,100	12,430	52
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ (СЕЛЬСКИЙ)	15		0,750	0,150	6,750	33
<b>Итого:</b>		<b>10,70</b>	<b>6,825</b>	<b>5,661</b>	<b>57,476</b>	<b>311</b>
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200		1,828	4,308	13,540	101
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ отварные	11		2,519	2,154	0,123	30
СМЕТАНА	5		0,130	0,750	0,180	8
<b>Итого:</b>		<b>21,00</b>	<b>4,477</b>	<b>7,212</b>	<b>13,843</b>	<b>139</b>

Директор МБОУ «Гимназия №9» *М.Б. Кузнецова*



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

14 февраля 2026 года

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (рис)	250		2,120	2,878	17,435	104
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ отварные	22		5,038	4,308	0,246	60
ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	10		1,197	0,126	7,746	37
КОРЖ МОЛОЧНЫЙ	50		3,800	7,589	34,299	222
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200		0,012	0,001	10,178	41
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,250	0,250	11,250	55
<b>Итого:</b>		<b>66,00</b>	<b>13,417</b>	<b>15,152</b>	<b>81,154</b>	<b>519</b>

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (рис)	250		2,120	2,878	17,435	104
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ отварные	22		5,038	4,308	0,246	60
ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	5		0,599	0,063	3,875	19
КОРЖ МОЛОЧНЫЙ	50		3,800	7,589	34,299	222
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200		0,012	0,001	10,178	41
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,250	0,250	11,250	55
<b>Итого:</b>		<b>66,00</b>	<b>12,819</b>	<b>15,089</b>	<b>77,283</b>	<b>501</b>

СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ ДЛЯ ЗАПЕКАНИЯ	50/40		10,216	11,143	3,758	156
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	150		2,303	4,129	23,944	142
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200		0,012	0,001	10,178	41
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	30		1,500	0,300	13,500	77
<b>Итого:</b>		<b>66,00</b>	<b>14,031</b>	<b>15,573</b>	<b>51,380</b>	<b>416</b>

ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100		0,400	0,400	9,800	47
ПЕЛЬМЕНИ ДЛЯ УМНИКОВ И УМНИЦ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ ПЕРЕМЕНКА	150/30		12,700	14,711	28,004	295
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200		0,012	0,001	10,178	41
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47
БЛИНЧИКИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 1 шт/	45/15		2,555	2,749	18,275	108
<b>Итого:</b>		<b>92,76</b>	<b>18,187</b>	<b>18,221</b>	<b>85,097</b>	<b>582</b>

ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100		0,400	0,400	9,800	47
ПЕЛЬМЕНИ ДЛЯ УМНИКОВ И УМНИЦ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/5		12,049	14,359	28,197	290
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200		0,100	0,100	12,430	52
БАТОН	30		2,250	0,870	15,420	79
ВАФЛИ ВЕСОВЫЕ 2 шт/	42		5,500	5,000	26,000	172
<b>Итого:</b>		<b>92,76</b>	<b>20,299</b>	<b>20,729</b>	<b>91,847</b>	<b>640</b>

Директор МБОУ «Гимназия №9» *М.Б. Кузнецов*



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

14 февраля 2026 года

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
<b>1-Салаты</b>						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100		0,400	0,400	9,800	47
БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ (батон в/с)	30/15		6,195	4,860	15,420	131
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100		1,598	5,098	8,240	88
	<b>СРЕД:</b>		<b>2,731</b>	<b>3,452</b>	<b>11,153</b>	<b>89</b>
<b>1-Первые блюда</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ (рис)	250		2,120	2,878	17,435	104
	<b>СРЕД:</b>		<b>2,120</b>	<b>2,878</b>	<b>17,435</b>	<b>104</b>
<b>2-Вторые блюда</b>						
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	100		12,200	10,264	3,758	156
	<b>СРЕД:</b>		<b>12,200</b>	<b>10,264</b>	<b>3,758</b>	<b>156</b>
<b>2-Самостоятельные вторые блюда</b>						
ПЕЛЬМЕНИ ДЛЯ УМНИКОВ И УМНИЦ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/5		12,049	14,359	26,197	290
БЛИНЧИКИ (п/ф) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 4шт/	180/20		11,340	8,396	66,900	390
	<b>СРЕД:</b>		<b>11,695</b>	<b>11,378</b>	<b>47,549</b>	<b>340</b>
<b>3-Гарниры</b>						
КАПУСТА БРОККОЛИ ОТВАРНАЯ	100		3,111	3,441	4,444	31
СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ	180		6,722	6,079	43,083	254
КАША ПОЛБЯНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180		6,460	7,328	34,949	231
	<b>СРЕД:</b>		<b>5,431</b>	<b>5,615</b>	<b>27,492</b>	<b>172</b>
<b>4-Напитки</b>						
ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ	200/8		-	-	7,984	32
НАПИТОК ИЗ ВИШНИ	200		0,120	0,030	11,570	48
	<b>СРЕД:</b>		<b>0,060</b>	<b>0,015</b>	<b>9,777</b>	<b>40</b>
<b>5-Хлеб</b>						
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47
	<b>СРЕД:</b>		<b>1,260</b>	<b>0,180</b>	<b>9,420</b>	<b>46</b>
<b>Итого:</b>		<b>93,00</b>	<b>35,497</b>	<b>33,782</b>	<b>126,584</b>	<b>947</b>

КАША ПОЛБЯНАЯ ВЯЗКАЯ	150		3,595	4,614	19,422	134
НАПИТОК ИЗ УРЮКА	200		0,800	0,064	18,460	79
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ (СЕЛЬСКИЙ)	15		0,750	0,150	6,750	33
<b>Итого:</b>		<b>10,70</b>	<b>5,145</b>	<b>4,828</b>	<b>44,632</b>	<b>246</b>
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ (рис)	250		2,120	2,878	17,435	104
ФРИКАДЕЛКИ ИЗ ПТИЦЫ отварные	11		2,519	2,154	0,123	30
ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	5		0,599	0,063	3,875	19
<b>Итого:</b>		<b>21,00</b>	<b>5,238</b>	<b>5,095</b>	<b>21,433</b>	<b>153</b>

Директор МБОУ «Гимназия №9» *М.Б. Кузнецов*

