

# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

16 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>63,848</b>	<b>483</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. Кузнецов

# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

16 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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100		1,552	5,085	9,408	91
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100		1,182	5,088	11,266	97
	<b>СРЕД:</b>		<b>2,332</b>	<b>3,858</b>	<b>11,474</b>	<b>92</b>
<b>1-Первые блюда</b>						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250		1,818	5,195	8,940	91
СМЕТАНА	10		0,260	1,500	0,360	16
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ ОТВАРНЫЕ	11		2,519	2,154	0,123	30
	<b>СРЕД:</b>		<b>1,532</b>	<b>2,950</b>	<b>3,141</b>	<b>46</b>
<b>2-Вторые блюда</b>						
ГОРБУША ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ, СОУСОМ Переменка	80/10/10		21,113	18,719	3,226	266
КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ НЕЖНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	90/10		12,083	11,431	9,941	191
МЕДАЛЬОНЫ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК	80/30		26,541	38,177	3,554	465
ГОЛЕНЬ КУРИНАЯ В СЛИВОЧНОМ МАРИНАДЕ	90/10 г		22,753	24,686	1,583	319
	<b>СРЕД:</b>		<b>20,618</b>	<b>23,253</b>	<b>4,576</b>	<b>310</b>
<b>2-Самостоятельные вторые блюда</b>						
АЗУ С ГОВЯДИНОЙ	40/180		14,745	18,629	22,907	319
ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 2 шт/80/10 г ( из п/ф 38 г)	70г		1,575	5,546	11,813	103
	<b>СРЕД:</b>		<b>8,180</b>	<b>12,088</b>	<b>17,360</b>	<b>211</b>
<b>3-Гарниры</b>						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180		7,946	6,479	50,249	291
СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ	180		6,722	6,079	43,033	254
РИС ОТВАРНОЙ	180		4,601	6,521	48,017	269
	<b>СРЕД:</b>		<b>6,423</b>	<b>6,360</b>	<b>47,116</b>	<b>271</b>
<b>4-Напитки</b>						
ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200/8/6		0,045	0,005	8,134	34
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200		0,100	0,100	12,430	52
	<b>СРЕД:</b>		<b>0,073</b>	<b>0,053</b>	<b>10,282</b>	<b>43</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>40,398</b>	<b>48,742</b>	<b>103,369</b>	<b>1 019</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»

17 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
ГРЕЧКИ 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»

17 февраля 2026 года

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки,	Жиры,	Углеводы,	Калорийность,
<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 МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	100		0,990	10,140	8,786	132
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (с маслом)	100		1,425	6,069	8,360	94
	<b>СРЕД:</b>		<b>2,253</b>	<b>6,372</b>	<b>10,592</b>	<b>101</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>4,195</b>	<b>3,850</b>	<b>9,702</b>	<b>91</b>
<b>2-Вторые блюда</b>						
ГОРБУША ПО - МОСКОВСКИ	80/20		20,224	15,941	1,790	232
ЕЖИКИ МЯСНЫЕ С РИСОМ В СОУСЕ ДЛЯ ЗАПЕКАНИЯ	60/40		8,995	16,244	9,085	219
ГУЛЯШ ИЗ ФИЛЕ ГРУДОК ИНДЕЙКИ	50/50		10,002	8,051	2,081	121
	<b>СРЕД:</b>		<b>13,074</b>	<b>13,412</b>	<b>4,319</b>	<b>191</b>
<b>2-Самостоятельные вторые блюда</b>						
ЖАРКОЕ ПО - ДОМАШНЕМУ	40/150		12,616	13,616	28,791	289
	<b>СРЕД:</b>		<b>12,616</b>	<b>13,616</b>	<b>28,791</b>	<b>289</b>
<b>3-Гарниры</b>						
КАША ПОЛБЯНАЯ ВЯЗКАЯ	180		4,314	5,537	23,306	180
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180		6,722	6,079	43,083	254
ОВОЩНАЯ СМЕСЬ ОТВАРНАЯ	100		3,554	3,327	6,885	80
	<b>СРЕД:</b>		<b>4,863</b>	<b>4,981</b>	<b>25,091</b>	<b>165</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>8,722</b>	<b>37</b>
<b>5-Хлеб</b>						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	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>39,061</b>	<b>41,475</b>	<b>96,637</b>	<b>920</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. Кузнецова*



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

18 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>

КОТЛЕТЫ АППЕТИТНЫЕ ЗАПЕЧЁННЫЕ	90		9,069	6,869	8,996	134
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150		3,500	4,643	22,028	144
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>14,204</b>	<b>11,835</b>	<b>55,674</b>	<b>401</b>

ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100		0,400	0,400	9,800	47
ПЛОВ С КУРИНЫМИ ГРУДКАМИ	30/160		12,760	13,684	32,883	306
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200		0,012	0,001	10,178	41
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44
БАТОНЧИК (в ассортименте)	1/30		1,800	6,200	15,400	128
<b>Итого:</b>		<b>92,76</b>	<b>17,492</b>	<b>20,645</b>	<b>87,101</b>	<b>613</b>

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10		0,080	7,250	0,080	66
КОТЛЕТЫ АППЕТИТНЫЕ ЗАПЕЧЁННЫЕ	90		9,069	6,869	8,996	134
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		5,602	5,068	35,906	212
НАПИТОК ИЗ УРЮКА	200		0,800	0,064	9,460	42
БАТОН	30		2,250	0,870	15,420	79
МАФФИН КЛАССИЧЕСКИЙ	30		2,068	4,341	14,864	107
<b>Итого:</b>		<b>92,76</b>	<b>19,869</b>	<b>20,462</b>	<b>84,726</b>	<b>610</b>

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



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

18 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	4,880	15,420	131
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100		1,598	5,098	8,240	88
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100		1,182	5,088	11,266	97
	<b>СРЕД:</b>		<b>2,344</b>	<b>3,861</b>	<b>11,182</b>	<b>91</b>
<b>1-Первые блюда</b>						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250		1,775	5,166	12,300	103
- СМЕТАНА	10		0,260	1,500	0,360	16
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ ДЛЯ СУПОВ (ОТВАРНЫЕ)	10		1,621	1,363	0,270	20
- СМЕТАНА	10		0,260	1,500	0,360	16
	<b>СРЕД:</b>		<b>1,958</b>	<b>4,765</b>	<b>6,645</b>	<b>78</b>
<b>2-Вторые блюда</b>						
ГОРБУША ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ (ФИЛЕ)	90/10		23,389	14,539	3,177	237
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/50		16,042	14,437	2,597	200
КОТЛЕТЫ АППЕТИТНЫЕ МЯСО-КУРИНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ 90/10 г	100		10,077	7,632	9,996	149
БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ ПО-ДОМАШНЕМУ ЗАПЕЧЕННЫЙ С СЫРОМ	90/10		16,127	14,697	8,367	227
	<b>СРЕД:</b>		<b>16,159</b>	<b>12,826</b>	<b>6,034</b>	<b>203</b>
<b>2-Самостоятельные вторые блюда</b>						
ПЛОВ С КУРИНЫМИ ГРУДКАМИ	30/160		12,760	13,684	32,883	306
БЛИНЧИКИ (п/ф) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 4шт/	180/20		11,340	8,396	66,900	390
	<b>СРЕД:</b>		<b>12,050</b>	<b>11,040</b>	<b>49,892</b>	<b>348</b>
<b>3-Гарниры</b>						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180		7,946	6,479	50,249	291
ОПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ	180		6,722	6,079	43,083	254
КАПУСТА БРОККОЛИ ОТВАРНАЯ	100		3,111	3,441	4,444	31
	<b>СРЕД:</b>		<b>5,926</b>	<b>5,333</b>	<b>32,592</b>	<b>192</b>
<b>4-Напитки</b>						
ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ, ЛИМОННОМ КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОКИ)	200/8/5		0,045	0,005	8,134	34
	200		0,080	0,080	11,940	49
	<b>СРЕД:</b>		<b>0,063</b>	<b>0,043</b>	<b>10,037</b>	<b>42</b>
<b>5-Хлеб</b>						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	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>39,760</b>	<b>38,048</b>	<b>125,802</b>	<b>1 000</b>
<b>Итого:</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>
<b>Итого:</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>



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

# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

19 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	22		5,038	4,308	0,246	60
отварные ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	10		1,197	0,126	7,746	37
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОКИ)	200		0,080	0,080	11,940	49
КОВРИЖКА МЕДОВАЯ	50		2,966	6,568	34,111	209
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,250	0,250	11,250	55
<b>Итого:</b>		<b>66,00</b>	<b>13,061</b>	<b>14,363</b>	<b>83,86</b>	<b>522</b>

СУП "ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ" (с гречневой крупой)	250		2,530	3,031	18,567	112
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	11		2,519	2,154	0,123	30
отварные ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	5		0,599	0,063	3,875	19
СОСИСКИ В ТЕСТЕ ( крученные)	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>

ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ "ЛАКОМКА" В СОУСЕ ДЛЯ ЗАПЕКАНИЯ	60/30		9,768	16,911	9,117	228
КАША ПОЛБЯНАЯ	150		5,384	6,105	29,124	193
НАПИТОК ИЗ ВИШНИ	200		0,120	0,030	11,570	48
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	30		1,500	0,300	13,500	77
<b>Итого:</b>		<b>66,00</b>	<b>16,772</b>	<b>23,346</b>	<b>63,311</b>	<b>546</b>

САЛАТ ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ	60		0,930	5,050	2,810	61
ФРИКАССЕ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК	45/45		8,150	5,604	3,241	96
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		5,602	5,068	35,908	212
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
КЕКС ВОЛЖСКИЙ	50		2,754	3,843	18,934	121
<b>Итого:</b>		<b>92,76</b>	<b>19,963</b>	<b>19,927</b>	<b>87,717</b>	<b>613</b>

БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ	30/16/10		6,275	10,110	17,500	186
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	100		0,800	0,200	7,500	38
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГЕРКУЛЕСОВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	150/5		7,549	7,296	25,325	197
ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 1 шт./30/10 г ( из п/ф 36 г)	40г		0,900	3,169	6,750	59
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200		0,012	0,001	10,178	41
<b>Итого:</b>		<b>92,76</b>	<b>16,536</b>	<b>20,776</b>	<b>67,263</b>	<b>521</b>

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



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

19 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
ЯЙЦО ПОД СОУСОМ "Переменка" С З/ГОРОШКОМ	48/10/10г		6,691	11,270	1,402	134
САЛАТ ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ	100		1,550	8,413	4,683	102
	<b>СРЕД:</b>		<b>3,709</b>	<b>8,236</b>	<b>7,826</b>	<b>104</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>2,525</b>	<b>2,593</b>	<b>9,345</b>	<b>71</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
ФРИКАССЕ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК	50/50		9,056	6,227	3,601	107
ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ "ЛАКОМКА" В СОУСЕ ДЛЯ ЗАПЕКАНИЯ	60/40		9,947	19,734	9,957	258
	<b>СРЕД:</b>		<b>12,260</b>	<b>13,411</b>	<b>5,505</b>	<b>192</b>
<b>2-Самостоятельные вторые блюда</b>						
БУРИТОС С ОТВАРНОЙ КУРИЦЕЙ И СЫРОМ	180		17,823	32,605	29,680	487
ПЕЛЬМЕНИ ДЛЯ УМНИКОВ И УМНИЦ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/5		12,049	14,359	28,197	290
	<b>СРЕД:</b>		<b>14,936</b>	<b>23,482</b>	<b>28,939</b>	<b>389</b>
<b>3-Гарниры</b>						
РИС ОТВАРНОЙ	180		4,601	6,521	48,017	269
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180		6,722	6,079	43,083	254
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ	100		3,012	3,358	5,060	63
	<b>СРЕД:</b>		<b>4,778</b>	<b>5,319</b>	<b>32,053</b>	<b>195</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 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>39,536</b>	<b>51,233</b>	<b>102,654</b>	<b>1 036</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>

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>

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



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

20 февраля 2026 года

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
РАССОЛБНИК ПЕНИНГРАДСКИЙ - ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ ДЛЯ СУПОВ (ОТВАРНЫЕ)	250		2,285	5,385	16,925	126
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 ПЕНИНГРАДСКИЙ - ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ ДЛЯ СУПОВ (ОТВАРНЫЕ)	250		2,285	5,385	16,925	126
СМЕТАНА	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>

ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	45/45		13,675	15,910	2,561	208
СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ	150		5,601	5,068	35,899	212
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>20,797</b>	<b>21,283</b>	<b>59,949</b>	<b>529</b>

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60		0,709	3,052	6,759	58
КОТЛЕТЫ СЫТНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	90		11,859	8,304	8,104	154
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150		3,282	4,657	22,027	146
НАПИТОК ИЗ УРЮКА	200		0,800	0,064	9,460	42
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47
ПЕЧЕНЬЕ СДОБНОЕ						
АМЕРИКАНЕР С КУНЖУТОМ	15		1,246	4,314	9,270	81
<b>Итого:</b>		<b>92,76</b>	<b>20,216</b>	<b>20,751</b>	<b>74,460</b>	<b>572</b>

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10		0,080	7,250	0,080	66
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСОВОЙ И ПШЕННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	150/5		8,964	7,605	25,377	206
НАПИТОК ИЗ ВИШНИ	200		0,120	0,030	11,570	48
ТВОРОГ ДЕТСКИЙ В УПАКОВКЕ ДМК	1/50		4,000	5,000	1,950	69
БАТОН	30				15,000	60
ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	1/125		2,250	0,870	15,420	79
<b>Итого:</b>		<b>92,76</b>	<b>15,414</b>	<b>20,755</b>	<b>69,397</b>	<b>528</b>

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



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

20 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
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ ДЛЯ СУПОВ (ОТВАРНЫЕ)	10		1,621	1,363	0,270	20
СМЕТАНА	10		0,260	1,600	0,360	16
	<b>СРЕД:</b>		<b>1,389</b>	<b>2,749</b>	<b>5,862</b>	<b>54</b>
<b>2-Вторые блюда</b>						
ГОРБУША ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ, СОУСОМ Переменка	60/10/10		21,113	18,719	3,226	266
КОТЛЕТЫ СЫТНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	100		12,954	9,227	9,004	171
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/50		15,042	14,437	2,597	200
Голубцы куриные в сливочном маринаде 90/10	100		22,753	24,686	1,583	319
	<b>СРЕД:</b>		<b>17,966</b>	<b>16,767</b>	<b>4,103</b>	<b>239</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>						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180		4,125	5,467	25,741	173
СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ	180		6,722	6,079	43,083	254
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180		7,946	6,479	50,249	291
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180		4,083	8,885	16,823	165
	<b>СРЕД:</b>		<b>5,719</b>	<b>6,728</b>	<b>33,974</b>	<b>221</b>
<b>4-Напитки</b>						
ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200/8/6		0,045	0,005	8,134	34
НАПИТОК ИЗ УРЮКА	200		0,800	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 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>40,413</b>	<b>38,754</b>	<b>140,685</b>	<b>1 080</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>

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180		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>

Директор МБОУ «Гимназия №9»



И. Б. Дроздов

# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

21 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
ТРЕЙКИ 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
ТРЕЙКИ 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>

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
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 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
ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	1/125		-	-	15,000	60
<b>Итого:</b>		<b>92,76</b>	<b>15,539</b>	<b>16,132</b>	<b>83,772</b>	<b>548</b>

СЫР ПОРЦИЯМИ	15		3,945	3,990	-	53
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	100		12,200	10,264	3,758	156
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		5,602	5,068	35,906	212
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200		0,100	0,100	12,430	52
ВАФЛИ ВЕСОВЫЕ 2 шт/БАТОН	42		5,500	5,000	26,000	172
	30		2,250	0,870	15,420	79
<b>Итого:</b>		<b>92,76</b>	<b>20,207</b>	<b>20,256</b>	<b>87,544</b>	<b>614</b>

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



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

21 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 КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	100		1,598	5,096	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 КРУПОЙ (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	28,197	290
ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 2 шт/50/10 г ( из п/ф 36 г)	70г		1,575	5,546	11,813	103
	<b>СРЕД:</b>		<b>6,812</b>	<b>9,953</b>	<b>20,005</b>	<b>197</b>
<b>3-Гарниры</b>						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180		6,722	6,079	43,063	254
РИС ОТВАРНОЙ	180		4,601	6,521	48,017	269
	<b>СРЕД:</b>		<b>5,662</b>	<b>6,300</b>	<b>45,550</b>	<b>262</b>
<b>4-Напитки</b>						
ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ	200/8		-	-	7,984	32
НАПИТОК ИЗ ВИШНИ	200		0,120	0,030	11,670	48
	<b>СРЕД:</b>		<b>0,080</b>	<b>0,015</b>	<b>9,777</b>	<b>40</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>30,845</b>	<b>33,042</b>	<b>117,098</b>	<b>894</b>
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (рис)	250		2,120	2,878	17,435	104
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>5,238</b>	<b>5,095</b>	<b>21,433</b>	<b>153</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>

Директор МБОУ «Гимназия №9» *И.Б. Рузнецова*

