

# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

28 марта 2026 года

## Оздоровительный пришкольный лагерь

### Завтрак

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки,	Жиры, г	Углевод	Калорийность,
БЛИНЧИКИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 1 шт/	45/10		5,195	5,524	19,500	148
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГЕРКУЛЕСОВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	150/5		11,349	11,796	28,525	266
ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200/8/5		0,052	0,007	8,136	34
БАТОН	30		2,250	0,870	15,420	79
СОК ФРУКТОВЫЙ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	1/200		-	-	22,000	90
БАТОНЧИК "ФИНИКИ - КОКОС- КУНЖУТ" В УПАКОВКЕ	1/16,5		0,890	2,160	9,110	60
<b>Итого:</b>			<b>19,736</b>	<b>20,357</b>	<b>102,691</b>	<b>677</b>

### Обед

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60		0,399	3,653	1,083	39
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (рис) И МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/10		3,317	3,665	14,218	104
ПЕЛЬМЕНИ ДЛЯ УМНИКОВ И УМНИЦ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/5		20,449	16,359	44,197	406
КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КОМПОТНОЙ СМЕСИ	200		0,135	0,023	11,150	46
ПИРОЖНОЕ МЕДОВОЕ	50		5,317	7,480	46,004	268
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47
<b>Итого:</b>		<b>244,26</b>	<b>32,137</b>	<b>31,540</b>	<b>135,492</b>	<b>954</b>

Директор МБОУ «Гимназия №9»



Кузнецова М.Б.

# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

30 марта 2026 года

## Оздоровительный пришкольный лагерь

### Завтрак

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки.	Жиры. г	Углевод	Калорийность.
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	120		0,480	0,480	11,760	56
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСОВОЙ И ПШЁННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	150/5		8,064	7,668	38,769	256
ТВОРОГ 5% ДЕТСКИЙ В УПАКОВКЕ ОБНИМАМА	1/50		4,000	5,000	1,950	69
КАКАО С МОЛОКОМ	200		4,458	5,736	25,869	145
БАТОН	30		2,250	0,870	15,420	79
<b>Итого:</b>			<b>19,252</b>	<b>19,754</b>	<b>93,768</b>	<b>605</b>

### Обед

САЛАТ КАПРИЗ(помидоры свежие, сыр, сухарики, кукуруза, масло раст)	60		1,608	7,224	3,412	86
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ И СМЕТАНОЙ	200/10/10		3,301	6,996	13,190	120
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ, МАСЛОМ	180/5		13,125	20,093	30,755	335
КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КОМПОТНОЙ СМЕСИ	200		0,135	0,023	11,150	46
ПЕЧЕНЬЕ СДОБНОЕ АМЕРИКАНЕР С КУНЖУТОМ	30		2,493	8,628	18,541	162
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47
<b>Итого:</b>			<b>244,26</b>	<b>23,182</b>	<b>43,324</b>	<b>95,888</b>

Директор МБОУ «Гимназия №9»



Кузнецова М.Б.

# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

31 марта 2026 года

Оздоровительный пришкольный лагерь

Завтрак

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки,	Жиры, г	Углевод	Калорийность,
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	120		1,080	0,240	9,720	52
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПОЛБЯНОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	150/5		15,880	18,640	50,480	422,7
ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200/8/5		0,052	0,007	8,136	34
БАТОН	30		2,250	0,870	15,420	79
<b>Итого:</b>			<b>19,262</b>	<b>19,757</b>	<b>83,756</b>	<b>588</b>

Обед

АССОРТИ ОВОЩНОЕ (помидоры, огурцы, свежие, масло растительное)	30/30/5		0,540	5,085	1,710	55	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЛАПШОЙ ДОМАШНЕЙ И МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/10		4,074	3,969	16,554	119	
РЫБНЫЙ КИШ (из горбуши)	180		25,848	32,017	36,598	540	
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	
ПИРОЖНОЕ "ЗАВАРНОЕ" С ВАРЕНОЙ СГУЩЕНКОЙ	30		2,965	5,155	13,723	113	
<b>Итого:</b>			<b>244,26</b>	<b>36,027</b>	<b>46,666</b>	<b>99,4</b>	<b>967</b>

Директор МБОУ «Гимназия №9»



Кузнецова М.Б.





# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

3 апреля 2026 года

## Оздоровительный пришкольный лагерь

### Завтрак

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки,	Жиры, г	Углевод	Калорийность,
БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ	30/15/10		3,275	12,110	15,500	197
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПОЛБЯНОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	150/5		15,880	18,640	50,480	422,7
ТВОРОЖНИКИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	70/10		9,680	5,713	15,021	149
ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200/8/5		0,052	0,007	8,136	34
<b>Итого:</b>			<b>31,89</b>	<b>36,47</b>	<b>89,137</b>	<b>803</b>

### Обед

САЛАТ УСПЕХ (огурцы свежие, яйцо отварное, сыр, масло раст)	60		2,673	6,324	0,871	71
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ И СМЕТАНОЙ	200/10/10		3,335	7,019	7,782	109
МЕДАЛЬОНЫ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК	80/30		26,546	38,182	3,554	465
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150		3,282	4,657	22,027	146
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
КОРЖ МОЛОЧНЫЙ	50		3,800	7,589	34,299	222
<b>Итого:</b>		<b>244,26</b>	<b>42,24</b>	<b>64,21</b>	<b>99,313</b>	<b>1 153</b>

Директор МБОУ «Гимназия №9»



Кузнецова М.Б.

# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

4 апреля 2026 года

## Оздоровительный пришкольный лагерь

### Завтрак

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки,	Жиры, г	Углевод	Калорийность,
БЛИНЧИКИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 1 шт/	45/10		5,195	5,524	19,500	148
КАША вязкая молочная из ячневой крупы с маслом	150/5		7,630	7,621	29,713	195
КАКАО С МОЛОКОМ	200		4,458	5,736	25,869	145
БАТОН	30		2,250	0,870	15,420	79
СОК ФРУКТОВЫЙ в индивидуальной упаковке	1/200		-	-	22,000	90
<b>Итого:</b>			<b>19,53</b>	<b>19,75</b>	<b>112,502</b>	<b>657</b>

### Обед

АССОРТИ ОВОЩНОЕ (помидоры, огурцы, свежие, масло растительное)	30/30/5		0,540	5,085	1,710	55
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (рис) И МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/10		3,317	3,665	14,218	104
СОСИКИ ОТВАРНЫЕ	100		10,400	20,100	0,800	226
СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ	150		5,601	5,068	35,899	212
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
ПИРОЖНОЕ "ПЕСОЧНОЕ С ВАРеной сгущенкой"	50		3,465	10,361	29,261	225

Директор МБОУ «Гимназия №9»



Кузнецова М.Б.