

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

6 апреля 2026 года

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	60		0,420	0,060	1,140	7
ПАЛЕТЫ СЫКУРИНЫЕ С КУКУРУЗОЙ	64/30		12,363	12,803	6,223	190
КОНСЕРВИРОВАННОЙ МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		5,602	5,068	35,906	212
ЧАЙ С САХАРОМ	200/8		0,007	0,002	7,986	32
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44
ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	1/125		-	-	15,000	60
Итого:		92,76	19,392	18,133	75,255	545

ЯЙЦО ОТВАРНОЕ 1 шт	1шт		6,350	5,750	0,350	79
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100		0,400	0,400	9,800	47
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГЕРКУЛЕСОВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	150/5		6,349	7,996	28,525	211
НАПИТОК ИЗ ВИШНИ	200		0,120	0,030	11,570	48
БАТОН	30		2,250	0,870	15,420	79
ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	1/125		-	-	15,000	60
Итого:		92,76	15,469	15,046	80,665	524

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
Итого:		66,00	11,817	13,383	73,189	465

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 ШИПОВНИКА	200		0,012	0,001	10,178	41
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,250	0,250	11,250	55
Итого:		66,00	10,002	20,236	62,456	476

ЧИКЕН	90		11,103	6,008	11,093	143
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150		3,500	4,643	22,028	144
НАПИТОК ИЗ ВИШНИ	200		0,120	0,030	11,570	48
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	30		1,500	0,300	13,500	77
Итого:		66,00	16,223	10,981	58,191	412

Директор МБОУ «Гимназия №9»



Кузнецова М.Б.

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

6 апреля 2026 года

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы г.	Калорийность ккал
1-Салаты						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100		0,400	0,400	9,800	47
ОЛАДЫ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 1 шт/30/10 г (из п/ф 36 г)	40г		4,520	5,349	15,550	128
САЛАТ ИТАЛЬЯНСКИЕ КАНИКУЛЫ	100		2,567	8,423	6,692	115
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100		0,700	0,100	1,900	11
	СРЕД:		2,047	3,568	8,486	75
1-Первые блюда						
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
	СРЕД:		5,664	8,225	16,989	166
2-Вторые блюда						
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ (ФИЛЕ)	90/10		23,389	14,539	3,177	237
МЯСО ПО - ТАТАРСКИ	50/50		15,587	17,435	2,691	230
ЧИКЕН	90		11,103	6,008	11,093	143
НАГЕТСЫ КУРИНЫЕ	96		18,794	18,841	4,021	257
	СРЕД:		17,218	15,231	5,246	225
2-Самостоятельные вторые блюда						
ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ	40/160		14,320	16,677	48,384	401
ПЕЛЬМЕНИ ДЛЯ УМНИКОВ И УМНИЦ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/5		15,149	16,359	44,197	385
	СРЕД:		14,735	16,518	46,291	393
3-Гарниры						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180		7,946	6,479	50,249	291
РИС ОТВАРНОЙ	180		4,601	6,521	48,017	269
ОВОЩНАЯ СМЕСЬ ОТВАРНАЯ	100		3,554	3,327	8,885	80
	СРЕД:		5,367	5,442	35,717	213
4-Напитки						
ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ	200/8		-	-	7,984	32
НАПИТОК ИЗ УРЮКА	200		0,800	0,064	9,460	42
	СРЕД:		0,800	0,064	8,722	37
5-Хлеб						
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47
	СРЕД:		1,260	0,180	9,420	46
Итого:		93,00				

КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150		3,500	4,643	22,028	144
ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200/8/5		0,052	0,007	8,136	34
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ (СЕЛЬСКИЙ)	15		0,750	0,150	6,750	33
Итого:		10,70	4,302	4,8	36,914	211

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	5		0,599	0,063	3,875	19
СМЕТАНА	5		0,130	0,750	0,180	8
Итого:		21,00	5,066	8,162	13,118	148

Директор МБОУ «Гимназия №9»



Кузнецова М.Б.

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

7 апреля 2026 года

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100		0,400	0,400	9,800	47
ГРУДКА КУРИНАЯ ПО-ФРАНЦУЗСКИ	180		17,007	18,901	30,908	362
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
Итого:		92,76	19,934	19,663	67,534	532

СЫР ПОРЦИЯМИ	15		3,945	3,990	-	53
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСОВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	150/5		4,600	5,080	25,551	166
БЛИНЧИКИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 1 шт/	45/15		2,555	2,949	20,275	118
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		3,300	1,510	21,076	120
БАТОН	30		2,250	0,870	15,420	79
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ ДМК	1/125		3,500	3,125	5,125	63
Итого:		92,76	20,150	17,524	87,447	599

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	15		1,795	0,189	11,617	55
БЭККЕН С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	90		6,660	4,320	43,920	243
НАПИТОК ИЗ ВИШНИ	200		0,120	0,030	11,570	48
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,250	0,250	11,250	55
Итого:		66,00	16,983	11,975	96,038	565

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	15		1,795	0,189	11,617	55
КЕКС ВОЛЖСКИЙ	50		3,200	10,400	29,800	221
ЧАЙ С САХАРОМ	200/8		0,007	0,002	7,986	32
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,250	0,250	11,250	55
Итого:		66,00	13,41	18,027	78,334	527

ФРИКАССЕ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК	45/45		12,836	26,672	1,474	297
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	30		1,500	0,300	13,500	77
Итого:		66,00	19,95	32,041	61,058	627

Директор МБОУ «Гимназия №9»



Кузнецова М.Б.

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

7 апреля 2026 года

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы г	Калорийность ккал
1-Салаты						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	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 ФАСОЛИ И КУКУРУЗЫ С СЫРОМ, СУХАРИКАМИ	100		7,361	14,981	11,144	210
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (без лука)	100		1,045	6,184	3,610	77
	СРЕД:		3,750	6,606	9,994	116
1-Первые блюда						
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
	СРЕД:		5,238	5,095	21,433	153
2-Вторые блюда						
РЫБА ПО - МОСКОВСКИ	80/20		20,224	15,941	1,790	232
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	100		10,400	11,074	11,800	188
ФРИКАССЕ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК	45/45		12,836	26,672	1,474	297
МЯСО БОЛОНЬЕЗЕ	100		10,446	11,012	9,695	182
	СРЕД:		13,477	16,175	6,190	225
2-Самостоятельные вторые блюда						
ГРУДКА КУРИНАЯ ПО - ФРАНЦУЗСКИ	200		18,897	21,001	34,342	402
БУРИТОС С ОТВАРНОЙ КУРИЦЕЙ И СЫРОМ	180		17,823	32,605	29,680	487
	СРЕД:		18,360	26,803	32,011	445
3-Гарниры						
КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ	180		4,209	9,869	34,082	242
РИС ОТВАРНОЙ	180		4,601	6,521	48,017	269
СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ	180		6,722	6,079	43,083	254
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180		4,083	8,885	16,823	165
	СРЕД:		4,904	7,839	35,501	233
4-Напитки						
ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ	200/8		-	-	7,984	32
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200		-	-	13,100	53
	СРЕД:				10,542	43
5-Хлеб						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44
	СРЕД:		1,260	0,180	9,420	46
Итого:		93,00				

КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	150		2,303	4,129	23,944	142
ЧАЙ С САХАРОМ	200/8		0,021	0,005	7,989	32
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ (СЕЛЬСКИЙ)	15		0,750	0,150	6,750	33
Итого:		10,70	3,074	4,284	38,683	207

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
Итого:		21,00	4,639	5,032	17,558	134

Директор МБОУ «Гимназия №9»



Кузнецова М.Б.

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

8 апреля 2026 года

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
ГУЛЯШ ИЗ ФИЛЕ ГРУДОК ИНДЕЙКИ	45/45		11,902	14,546	1,893	186
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150		3,500	4,643	22,028	144
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
СОК ФРУКТОВЫЙ	1/200		-	-	22,000	90
Итого:		92,76	17,929	19,551	72,747	543

СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	100		10,400	11,074	11,800	188
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		5,602	5,068	35,906	212
ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200/8/5		0,052	0,007	8,136	34
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	30		1,500	0,300	13,500	77
МОЛОКО 2,5% 1/	200		6,000	5,000	9,400	110
Итого:		92,76	20,154	20,449	78,742	611

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
ЧАЙ С САХАРОМ	200/8		0,007	0,002	7,986	32
ПИЦЦА С КУРИЦЕЙ И СЫРОМ	85		15,245	15,348	26,847	308
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,250	0,250	11,250	55
Итого:		66,00	20,028	22,879	58,833	526

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
ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200/8/5		0,052	0,007	8,136	34
ПИРОЖНОЕ МЕДОВОЕ	50		3,571	7,324	36,783	228
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,250	0,250	11,250	55
Итого:		66,00	8,399	14,86	68,919	448

ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	180		13,505	17,249	25,596	311
ЧАЙ С САХАРОМ	200/8		0,021	0,005	7,989	32
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	30		1,500	0,300	13,500	77
Итого:		66,00	15,026	17,554	47,085	420

Директор МБОУ «Гимназия №9»



Кузнецова М.Б.

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

8 апреля 2026 года

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы г.	Калорийность ккал
1-Салаты						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	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 ФАСОЛИ И КУКУРУЗЫ С СЫРОМ, СУХАРИКАМИ	100		7,361	14,981	11,144	210
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (без лука)	100		1,045	6,184	3,610	77
	СРЕД:		3,750	6,606	9,994	116
1-Первые блюда						
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
	СРЕД:		5,238	5,095	21,433	153
2-Вторые блюда						
РЫБА ПО - МОСКОВСКИ	80/20		20,224	15,941	1,790	232
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	100		10,400	11,074	11,800	188
ФРИКАССЕ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК	45/45		12,836	26,672	1,474	297
МЯСО БОЛОНЬЕЗЕ	100		10,446	11,012	9,695	182
	СРЕД:		13,477	16,175	6,190	225
2-Самостоятельные вторые блюда						
ГРУДКА КУРИНАЯ ПО - ФРАНЦУЗСКИ	200		18,897	21,001	34,342	402
БУРИТОС С ОТВАРНОЙ КУРИЦЕЙ И СЫРОМ	180		17,823	32,605	29,680	487
	СРЕД:		18,360	26,803	32,011	445
3-Гарниры						
КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ	180		4,209	9,869	34,082	242
РИС ОТВАРНОЙ	180		4,601	6,521	48,017	269
СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ	180		6,722	6,079	43,083	254
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180		4,083	8,885	16,823	165
	СРЕД:		4,904	7,839	35,501	233
4-Напитки						
ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ	200/8		-	-	7,984	32
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200		-	-	13,100	53
	СРЕД:				10,542	43
5-Хлеб						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44
	СРЕД:		1,260	0,180	9,420	46
Итого:		93,00				

КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	150		2,303	4,129	23,944	142
ЧАЙ С САХАРОМ	200/8		0,021	0,005	7,989	32
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ (СЕЛЬСКИЙ)	15		0,750	0,150	6,750	33
Итого:		10,70	3,074	4,284	38,683	207

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
Итого:		21,00	4,639	5,032	17,558	134

Директор МБОУ «Гимназия №9»



Кузнецова М.Б.

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

9 апреля 2026 года

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100		0,400	0,400	9,800	47
ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ	30/160		13,604	15,843	45,965	381
ЧАЙ С САХАРОМ	200/8		0,007	0,002	7,986	32
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44
ПЕЧЕНЬЕ СДОБНОЕ ШОКОЛАДНОЕ	15		1,166	4,183	9,224	79
Итого:		92,76	16,177	20,628	81,975	583

ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100		0,400	0,400	9,800	47
ТВОРОЖНИКИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	140/20		16,161	11,426	30,043	288
НАПИТОК ИЗ ВИШНИ	200		0,120	0,030	11,570	48
БАТОН	30		2,250	0,870	15,420	79
ПЕЧЕНЬЕ СДОБНОЕ ШОКОЛАДНОЕ	15		1,166	4,183	9,224	79
Итого:		92,76	20,097	16,909	76,057	541

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	10		1,197	0,126	7,746	37
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
Итого:		66,00	21,351	23,312	80,684	624

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	10		1,197	0,126	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
Итого:		66,00	13,127	16,532	67,327	475

КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ НЕЖНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	90/10		16,487	18,648	6,947	260
СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ	150		5,601	5,068	35,899	212
НАПИТОК ИЗ ВИШНИ	200		0,120	0,030	11,570	48
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	30		1,500	0,300	13,500	77
Итого:		66,00	23,708	24,046	67,916	597

Директор МБОУ «Гимназия №9»



Кузнецова М.Б.

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

9 апреля 2026 года

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы г	Калорийность ккал
1-Салаты						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	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 УСПЕХ	100		4,453	10,498	1,451	118
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (без лука)	100		1,045	6,184	3,610	77
СРЕД:			3,023	5,486	7,570	93
1-Первые блюда						
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	10		1,197	0,126	7,746	37
СРЕД:			9,586	7,825	27,149	218
2-Вторые блюда						
РЫБА ПО - МОСКОВСКИ	80/20		20,224	15,941	1,790	232
БЖИКИ МЯСНЫЕ С РИСОМ В СОУСЕ ДЛЯ ЗАПЕКАНИЯ	60/40		8,995	16,244	9,085	219
МЕДАЛЬОНЫ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК с сыром	90/10		25,727	28,097	2,040	364
КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ НЕЖНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	90/10		16,487	18,648	6,947	260
СРЕД:			17,858	19,733	4,966	269
2-Самостоятельные вторые блюда						
ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ	30/160		13,604	15,843	45,965	381
СРЕД:			13,604	15,843	45,965	381
3-Гарниры						
КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ	180		4,209	9,869	34,082	242
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180		7,946	6,479	50,249	291
СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ	180		6,722	6,079	43,083	254
РИС ОТВАРНОЙ	180		4,601	6,521	48,017	269
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ	100		3,012	3,358	5,060	63
СРЕД:			5,298	6,461	36,098	224
4-Напитки						
ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ	200/8		-	-	7,984	32
НАПИТОК ИЗ УРЮКА	200		0,800	0,064	9,460	42
СРЕД:			0,800	0,064	8,722	37
5-Хлеб						
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47
СРЕД:			1,260	0,180	9,420	46
Итого:		93,00				

КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ ВЯЗКАЯ	160		4,282	6,196	21,335	158
ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200/8/5		0,052	0,007	8,136	34
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ (СЕЛЬСКИЙ)	15		0,750	0,150	6,750	33
Итого:		10,70	5,084	6,353	36,221	225

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	10		1,197	0,126	7,746	37
Итого:		21,00	9,586	7,825	27,149	218

Директор МБОУ «Гимназия №9»



Кузнецова М.Б.

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

10 апреля 2026 года

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
АССОРТИ ОВОЩНОЕ (помидоры, огурцы, свежие, масло растительное)	30/30/5		0,540	5,085	1,710	55
ЧИКЕН	90		11,103	6,008	11,093	143
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
ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	1/30		1,846	4,771	19,072	127
Итого:		92,76	17,778	20,723	70,888	547

ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100		0,400	0,400	9,800	47
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСОВОЙ И ПШЕННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	150/5		6,664	8,535	22,377	193
ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 1 шт/30/10 г (из п/ф 36 г)	40г		4,520	5,349	15,550	128
ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200/8/5		0,052	0,007	8,136	34
БАТОН	30		2,250	0,870	15,420	79
БАТОНЧИК ЗЛАКОВЫЙ 1/	25		0,825	0,140	16,550	82
Итого:		92,76	14,711	15,301	87,833	563

РАССОЛЬНИК 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
Итого:		66,00	13,065	19,857	67,886	507

РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250		2,285	5,385	16,925	126
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ ДЛЯ СУПОВ (ОТВАРНЫЕ)	20		3,242	3,725	0,539	40
ТРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	5		0,599	0,063	3,875	19
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		0,957	3,000	30,000	151
Итого:		66,00	9,263	12,237	72,229	441

ГУЛЯШ ИЗ ФИЛЕ ГРУДОК ИНДЕЙКИ	45/45		11,902	14,546	1,893	186
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	150		6,622	5,399	41,875	242
РАССЫПЧАТАЯ						
ЧАЙ С САХАРОМ	200/8		0,007	0,002	7,986	32
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	30		1,500	0,300	13,500	77
Итого:		66,00	20,031	20,247	65,254	537

Директор МБОУ «Гимназия №9»



Кузнецова М.Б.

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

10 апреля 2026 года

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы г.	Калорийность ккал
1-Салаты						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100		0,400	0,400	9,800	47
БЛИНЧИКИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 1 шт/	45/10		3,195	2,524	19,500	114
САЛАТ КАПРИЗ	100		2,674	11,989	5,602	143
САЛАТ ИЗ ФАСОЛИ И КУКУРУЗЫ С СЫРОМ, СУХАРИКАМИ	100		7,361	14,981	11,144	210
	СРЕД:		3,408	7,474	11,512	129
1-Первые блюда						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200		1,828	4,308	13,540	101
- СМЕТАНА	5		0,130	0,750	0,180	8
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ ОТВАРНЫЕ	11		2,519	2,154	0,123	30
- СМЕТАНА	5		0,130	0,750	0,180	8
	СРЕД:		2,304	3,981	7,012	74
2-Вторые блюда						
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ, СОУСОМ Переменка	80/10/10		21,113	18,719	3,226	266
ЧИКЕН	90		11,103	6,008	11,093	143
КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	90		13,723	15,590	7,071	221
ГУЛЯШ ИЗ ФИЛЕ ГРУДОК ИНДЕЙКИ	45/45		11,902	14,546	1,893	186
ГОЛЕНЬ КУРИНАЯ В СЛИВОЧНОМ МАРИНАДЕ 90/10 г	100		22,753	24,686	1,583	319
	СРЕД:		16,119	15,910	4,973	227
2-Самостоятельные вторые блюда						
БУРИТОС С ОТВАРНОЙ КУРИЦЕЙ И СЫРОМ	180		17,823	32,605	29,680	487
ПЕЛЬМЕНИ ДЛЯ УМНИКОВ И УМНИЦ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/5		15,149	16,359	44,197	385
	СРЕД:		16,486	24,482	36,939	436
3-Гарниры						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180		7,948	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
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180		4,083	8,885	16,823	165
	СРЕД:		5,719	6,728	33,974	221
4-Напитки						
ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ	200/8		-	-	7,984	32
КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КОМПОТНОЙ СМЕСИ	200		0,135	0,023	11,150	46
	СРЕД:		0,068	0,012	9,567	39
5-Хлеб						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44
	СРЕД:		1,260	0,180	9,420	46
Итого:		93,00				
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		5,602	5,068	35,906	212
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОКИ)	200		0,080	0,080	11,940	49
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ (СЕЛЬСКИЙ)	15		0,750	0,150	6,750	33
Итого:		10,70	6,432	5,298	54,596	294
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
Итого:		21,00	4,477	7,212	13,843	139

Директор МБОУ «Гимназия №9»



Кузнецова М.Б.

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

11 апреля 2026 года

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
ОВОЩНЫЕ ПАЛОЧКИ ИЗ ОГУРЦОВ	60		0,420	0,060	1,140	7
ПЕЛЬМЕНИ ДЛЯ УМНИКОВ И УМНИЦ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ ПЕРЕМЕНКА	150/30		17,100	17,111	38,004	374
ЧАЙ С САХАРОМ	200/8		0,007	0,002	7,986	32
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44
СОК ФРУКТОВЫЙ	1/200		-	-	22,000	90
Итого:		92,76	18,527	17,373	78,130	547

ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100		0,400	0,400	9,800	47
ПЕЛЬМЕНИ ДЛЯ УМНИКОВ И УМНИЦ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/5		15,149	16,359	44,197	385
ЧАЙ С САХАРОМ	200/8		0,007	0,002	7,986	32
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	30		1,500	0,300	13,500	77
ВАФЛИ ВЕСОВЫЕ 2 шт/	42		0,638	2,000	20,000	101
Итого:		92,76	17,694	19,061	85,483	611

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ (гр.А)	250		2,860	3,048	20,875	123
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ отварные	22		5,038	4,308	0,246	60
ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	10		1,197	0,126	7,746	37
КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КОМПОТНОЙ СМЕСИ	200		0,135	0,023	11,150	46
КОРЖ МОЛОЧНЫЙ	50		3,800	7,589	34,299	222
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,250	0,250	11,250	55
Итого:		66,00	14,28	15,344	85,566	543

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ (гр.А)	250		2,860	3,048	20,875	123
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ отварные	22		5,038	4,308	0,246	60
ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	10		1,197	0,126	7,746	37
ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200/8/5		0,052	0,007	8,136	34
КОРЖ МОЛОЧНЫЙ	50		3,800	7,589	34,299	222
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	25		1,250	0,250	11,250	55
Итого:		66,00	14,197	15,328	82,552	531

СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ ДЛЯ ЗАПЕКАНИЯ	50/40		8,916	11,343	6,758	165
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	150		2,303	4,129	23,944	142
КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КОМПОТНОЙ СМЕСИ	200		0,135	0,023	11,150	46
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	30		1,500	0,300	13,500	77
Итого:		66,00	12,854	15,795	55,352	430

Директор МБОУ «Гимназия №9»



Кузнецова М.Б.

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

11 апреля 2026 года

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность
1-Салаты						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100		0,400	0,400	9,800	47
ОЛАДЫ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 1 шт/30/10 г (из п/ф 36 р)	40г		4,520	5,349	15,550	128
АССОРТИ ОВОЩНОЕ (помидоры, огурцы, свежие, масло растительное)	45/45/10		0,810	10,125	2,565	106
	СРЕД:		1,910	5,291	9,305	94
1-Первые блюда						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ (гр.А)	250		2,860	3,048	20,875	123
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ отварные	11		2,519	2,154	0,123	30
	СРЕД:		2,690	2,601	10,499	77
2-Вторые блюда						
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	100		10,400	11,074	11,800	188
	СРЕД:		10,400	11,074	11,800	188
2-Самостоятельные вторые блюда						
ПЕЛЬМЕНИ ДЛЯ УМНИКОВ И УМНИЦ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/5		15,149	16,359	44,197	385
	СРЕД:		15,149	16,359	44,197	385
3-Гарниры						
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	7,326	34,949	231
	СРЕД:		5,431	5,615	27,492	172
4-Напитки						
ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ	200/8		-	-	7,984	32
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200		-	-	13,100	53
	СРЕД:				10,542	43
5-Хлеб						
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,180	9,840	47
	СРЕД:		1,260	0,180	9,420	46
Итого:		93,00				

КАША ПОЛБЯНАЯ ВЯЗКАЯ	150		3,595	4,614	19,422	134
ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200/8/5		0,052	0,007	8,136	34
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ (СЕЛЬСКИЙ)	15		0,750	0,150	6,750	33
Итого:		10,70	4,397	4,771	34,308	201

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ (гр.А)	200		2,288	2,438	16,700	99
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ отварные	11		2,519	2,154	0,123	30
Итого:		21,00	4,807	4,592	16,823	129

Директор МБОУ «Гимназия №9»



Кузнецова М.Б.