



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 23 марта 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	130	86-66	9	11	13	172	№ 437-2004
Макаронные изделия отварные	150	15-05	5	6	35	221	№516-2004
Чай с сахаром	200	2-12	0	0	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	0	11	51	
Итого :	505	107-70	16	17	69	483	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша жидкая пшениная	205	36-92	4	5	19	221	№311-2004
Кофейный напиток	200	23-59	5	8	22	151	№692- 2004
Бутерброд с сыром	45	14-23	7	10	9	157	№3-2004
Кисломолочный продукт	95	32-96	-	-	10	95	
Итого :	545	107-70	16	23	60	624	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	14-58	1	2	2	34	№ 37-2004
Солянка из птицы	260	35-95	6	7	5	202	№ 158-2004
Мясо тушеное	90	42-49	6	6	20	119	№ 437-2004
Макаронные изделия отварные	150	15-05	5	6	35	221	№ 516-2004
Какао с молоком	200	26-46	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого за прием	785	138-40	25	26	106	817	

Зав. производством: _____ Антипова Е.Ю.
Калькулятор: _____ Маклакова О.М.
Соц. педагог: _____ Русанова Н.М.
Мед. работник: _____ Преснякова О.А.

Утверждаю:
ИИ. Яркова Н.В.



Согласовано:
Директор ШКОЛЫ № 9



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 24 марта 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет



Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Птица тушеная в соусе с овощами	90	48-88	14	15	8	107	№488-2004
Рис отварной	150	24-95	4	6	39	225	№511-2004
Чай с лимоном	207	6-79	0	0	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	0	11	51	
Сок	125	23-21	0	0	14	56	
Итого :	597	107-70	20	21	87	499	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	205	54-16	20	33	4	398	№340-2004
Какао с молоком	200	26-46	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2		11	51	
Сок	125	23-21	-	-	14	56	
Итого :	555	107-70	27	38	62	695	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	6-72	1	2	2	34	№ 37-2004
Суп из овощей	270	33-60	6	7	13	138	№ 135-2004
Шницель с соусом	120	68-98	8	11	20	205	№451-2004
Каша рассыпчатая гречневая	150	15-76	9	8	43	279	№508-2004
Компот из ягод	200	9-47	1	0	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	0	11	51	
Итого :	825	138-40	27	28	117	823	

Зав. производством:  Антипова Е.Ю.
Калькулятор: _____ Маклакова О.М.
Соц. педагог:  Русанова Н.М.
Мед. работник: _____ Преснякова О.А.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 25 марта 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Котлеты с соусом	120	58-59	5	4	12	151	№451-2004 №528-1996
Макаронные изделия отварные	150	15-05	6	6	35	221	№516-2004
Компот из ягод	200	9-47	1	-	28	116	№511-2013
Бутерброд с сыром	45	24-59	7	10	9	99	№3-2004
Итого :	515	107-70	19	20	84	587	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Запеканка «Царская» с молоком, сгущенным	170	86-47	13	11	27	259	10/5-2011
Чай с сахаром	200	2-12	-	-	10	39	№685-2004
Сдоба выборгская	130	19-11	8	9	73	401	
Итого :	500	107-70	21	20	110	699	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	18-95	2	3	3	57	37-2004
Суп - лапша домашняя	260	25-88	5	7	14	135	№ 148-2004
Жаркое по-домашнему	250	76-58	12	14	38	318	№436-2004
Напиток их плодов шиповника	200	9-26	-	-	24	94	№705-2004
Хлеб пшеничный	50	7-73	4	-	22	102	
Итого :	860	138-40	23	24	101	706	

Зав. производством: _____ Антипова Е.Ю.
 Калькулятор: _____ Маклакова О.М.
 Соц. педагог: _____ Русанова Н.М.
 Мед. работник: _____ Преснякова О.А.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 26 марта 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет



Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	130	85-95	6	10	13	172	№437-2004
Каша рассыпчатая гречневая	150	15-76	9	8	43	279	№516-2004
Чай с сахаром	200	2-12	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого :	505	107-70	17	18	77	541	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Котлеты, рубленые из птицы с соусом	120	52-65	18	23	13	334	№498-2004 №528-1996
Пюре картофельное	150	29-50	3	7	7	164	№520-2004
Компот из ягод	200	12-12	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Кондитерское изделие	20	9-56	-	3	15	92	
Итого :	515	107-70	24	33	74	757	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	13-17	1	2	2	34	№ 37-2004
Борщ с капустой и картофелем	270	29-26	5	8	13	145	№ 110-2004
Бефстроганов	90	52-60	9	7	22	183	№423-2004
Макаронные изделия отварные	150	15-05	5	6	35	221	№516-2004
Какао с молоком	200	24-45	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого :	795	138-40	27	28	116	824	

Зав. производством:  Антипова Е.Ю.
 Калькулятор: _____ Маклакова О.М.
 Соц. педагог:  Русанова Н.М.
 Мед. работник: _____ Преснякова О.А.



Утверждаю:
И.И. Яркова Н.В.

Директор МАОУ Школа № 9
Чинко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 27 марта 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет


Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Рыба, запеченная со сметаной и сыром	90	53-10	11	10	13	203	№341-2013
Пюре картофельное	150	29-50	3	7	22	164	№520-2004
Чай с сахаром	200	2-12	0	0	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	0	11	51	
Сдоба выборгская	50	19-11	3	3	28	123	
Итого :	515	107-70	19	20	84	580	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Угле	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Тефтели 2 вариант с соусом	120	46-56	9	9	10	164	№462-2004 №528-1996
Макаронные изделия отварные	150	15-05	5	6	35	221	№516-2004
Напиток из плодов шиповника	200	9-26	-	-	24	94	№705-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Кисломолочный продукт	95	32-96	-	-	10	95	
Итого :	590	107-70	17	15	90	625	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	25-88	2	3	3	57	№37-2004
Щи из свежей капусты с картофелем	270	34-49	5	7	10	127	№ 124-2004
Плов	220	63-51	13	16	54	385	№ 443-2004
Чай с лимоном	207	6-79	1	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	50	7-73	4		22	102	
Итого :	847	138-40	25	26	104	731	

Зав. производством:  Антипова Е.Ю.
 Калькулятор:  Маклакова О.М.
 Соц. педагог:  Русанова Н.М.
 Мед. работник:  Преснякова О.А.