

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 11 ноября 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Курица тушеная	77.50	67-43	14,15	15,16	16,3	242,87	№405-2013
Макароны отварные	150	12-06	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Чай с лимоном	200.7	5-27	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,5	50,75	
Сок	200	19-66	-	-	14,37	57,5	
Итого :		107-70	21,63	19,59	93,01	611,92	

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из говядины	204	82-71	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,5	50,75	
Сок	200	19-66	-	-	23	92,0	
Итого :		107-70	14,73	14,0	80,02	501,04	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с маслом	100	8-42	3,85	8,27	3,91	105,78	№ 50-2004
Суп из овощей с мясом со сметаной	12/250/10	33-13	6,02	7,9	14,6	155,4	№ 135-2004
Шницеля рубленные запеченные с соусом томатным	90.30	67-16	14,6	17,78	9,85	251,66	№451-2004 №578-2004
Каша гречневая рассыпчатая	180	14-91	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Компот из свежемороженых ягод	200	8-23	0,16	-	17,03	66,05	№511-2013
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-55	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		138-40	37,43	40,46	111,39	953,45	

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

Утверждаю:
ИП Яркова И.В.



Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 12 ноября 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему	199	76-81	17,56	21,55	22,34	348,78	№436-2004
Компот из свежемороженой ягод	200	8-23	0,16	-	17,03	66,05	№511-2013
Хлеб ржаной	25	3-00	1,38	0,25	8,02	47,5	
Сок	200	19-66	-	-	14,38	57,5	
Итого :		107-70	19,1	21,8	61,77	519,83	

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша рисовая	200.10	40-26	11,0	9,58	49,87	313,6	№302-2004
Кофейный напиток	200	18-45	4,78	7,7	22,07	151,34	№692-2004
Хлеб ржаной с сыром	23.25	20-39	6,74	5,71	8,02	119,5	
Йогурт	95	28-60	0,4	-	9,8	95	
Итого :		107-70	22,92	22,99	89,76	679,44	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свежей капусты с морковью	100	9-19	0,67	6,0	2,99	68,58	№ 24-2004
Солянка из птицы со сметаной	250/10	34-42	16,8	15,3	4,82	214,6	№ 158-2004
Гуляш из говядины	100	54-62	15,29	11,09	3,61	189,69	№ 437-2004
Макароны отварные	180	14-45	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Какао на молоке	200	19-17	4,98	5,36	22,58	154,34	№693-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-55	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		138-40	49,94	42,48	91,64	929,51	

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

Утверждаю:

ИП Яркова Н.В.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 13 ноября 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	200,11	65-59	20,13	40,65	9,89	265,1	№340-2004
Какао на молоке	200	19-17	4,98	5,36	22,58	154,3	№693-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,5	50,75	
Сок	200	19-66	-	-	14,38	57,5	
Итого :		107-70	27,17	46,31	57,35	527,65	

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	113	70-65	15,29	11,09	3,61	189,65	№437-2004
Макароны отварные	150	12-06	5,15	4,13	36,64	200,8	№516-2004
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,75	50,75	
Сок	200	19-66	-	-	14,38	57,5	
Итого :		107-70	22,67	15,52	75,4	537,69	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из моркови с огурцом и яйцом	100	17-15	3,55	5,77	3,42	47,74	
Рассольник ленинградский с мясом и сметаной	12/250/10	34-95	8,78	8,74	20,1	185,52	№ 132-2004
Бефстроганов	100	62-79	15,99	21,09	5,54	274,78	№423-2004
Каша гречневая рассыпчатая	180	14-91	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-55	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		138-40	41,35	42,11	105,08	921,59	

Зав. производством: Антипова Е.Ю.

Калькулятор: Маклакова О.М.

Соц. педагог: Русанова Н.М

Мед. работник: Преснякова О.А.

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 14 ноября 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Овощи по сезону (огурцы свежие)	60	11-82	0,46	3,0	1,48	34,38	№ 17-2013
Биточки рубленые из птицы запеченные, с соусом томатным	90.30	63-88	14,98	15,6	15,32	252,29	№498-2004 №587-2004
Картофельное пюре	150	20-49	5,06	5,24	36,06	222,87	№520-2004
Компот из свежемороженой ягод	200	8-23	0,2	-	21,42	83,6	№630-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	22,73	24,14	84,78	643,89	

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Запеканка «Царская» с молоком сгущенным	150.20	81-78	16,5	11,85	39,43	335,16	10/5-2011
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Выпечка	80	23-87	13,39	15,46	34,1	183,3	
Итого :		107-70	30,09	27,31	83,55	557,45	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Винегрет овощной	100	21-04	1,09	6,05	4,22	76,51	№ 71-2004
Щи с мясом со сметаной	10/250/7	24-90	7,7	8,54	10,0	138,52	№ 124-2004
Плов из мяса	200	77-68	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Компот из свежемороженой ягод	200	8-23	0,16	0,0	17,03	66,05	№ 630-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-55	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		138-40	25,5	28,89	88,75	701,88	

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

Утверждено:
ИП Яркова Н.В.



Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 15 ноября 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	112	70-29	15,29	11,09	3,61	189,69	№437-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	12-42	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	-	10,02	38,99	№ 685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,5	50,75	
Сок	200	19-66	-	-	14,38	57,5	
Итого :		107-70	26,3	17,3	83,51	609,99	

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Куриное бедро запеченное	110,30	81-88	16,2	15,1	16,85	272,29	№ 494-2004
Картофельное пюре	150	20-49	5,06	5,24	43,06	222,87	№259-2004
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	-	10,02	38,99	№686-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	23,49	20,64	80,43	584,9	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Солнечный зайчик»	100	17-28	1,1	3,05	5,71	54,25	
Суп лапша домашняя с курицей	21/250	28-43	6,4	5,7	10,1	117,0	№ 148-2004
Жаркое по-домашнему	200	77-64	17,56	21,55	22,34	348,78	№436-2004
Компот из шиповника	200	9-05	0,8	-	29,96	120	№705-2004
Хлеб ржаной	50	6-00	2,75	0,5	16,04	95,0	
Итого :		138-40	28,61	30,8	84,15	735,03	

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

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.

Столовая школы № 9

Согласовано
Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

с 11 по 15 ноября 2024 г.

Горячий обед (продленка)

11.11.2024

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Суп из овощей с мясом со сметаной	11/250/10	31-78	6,02	7,9	14,6	155,4	№ 135-2004
Шницеля рубленные запеченные с соусом томатным	90.30	67-16	14,6	17,78	9,85	251,66	№451-2004 №578-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	12-46	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	-	10,02	38,99	№686-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-55	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		120-00	33,65	32,19	100,47	820,61	

12.11.2024

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свежей капусты с морковью	86	7-91	0,67	6,0	2,99	68,58	№ 24-2004
Солянка из птицы со сметаной	250/10	34-42	16,8	15,3	4,82	214,6	№ 158-2004
Гуляш из говядины	100	54-62	15,29	11,09	3,61	189,69	№ 437-2004
Макароны отварные	180	14-45	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	-	10,02	38,99	№686-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-55	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		120-00	42,16	37,12	79,08	814,16	

13.11.2024

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Рассольник ленинградский с мясом и сметаной	11/250/10	33-70	8,78	8,74	20,1	185,52	№ 132-2004
Бефстроганов	100	62-79	15,99	21,09	5,54	274,78	№423-2004
Каша гречневая рассыпчатая	180	14-91	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-55	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		120-00	37,8	36,34	101,66	873,85	

14.11.2024

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Щи с мясом со сметаной	11/250/10	27-54	7,7	8,54	10,0	138,52	№ 124-2004
Плов из мяса	200	77-68	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Компот из свежемороженых ягод	200	8-23	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-55	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		120-00	24,45	22,84	77,52	598,31	

15.11.2024

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Суп лапша домашняя с курицей	20/250	27-31	6,4	5,7	10,1	117,0	№ 148-2004
Жаркое по-домашнему	200	77-64	17,56	21,55	22,34	348,78	№436-2004
Компот из шиповника	200	9-05	0,8	-	29,96	120	№705-2004
Хлеб ржаной	50	6-00	2,75	0,5	16,04	95,0	
Итого :		120-00	27,51	27,75	78,44	680,78	

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