



## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 2 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	85-54	17	9	5	172	№ 437-2004
Макаронные изделия отварные	180	14-62	6	7	39	246	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	3-67	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	<b>25</b>	<b>16</b>	<b>65</b>	<b>508</b>	

### Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша жидкая пшеничная	205	35-24	4	5	19	221	№311-2004
Кофейный напиток	200	23-50	5	8	22	151	№692-2004
Бутерброд с сыром	50	16-00	8	11	10	174	№3-2004
Кисломолочный продукт	95	32-96	-	-	10	95	
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	<b>17</b>	<b>24</b>	<b>61</b>	<b>641</b>	

### Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	17-19	2	3	3	57	№37-2004
Суп картофельный с бобовыми	260	22-51	9	6	22	185	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом	120	60-65	9	9	10	162	№462-2004 №528-1996
Пюре картофельное	150	26-65	3	7	22	164	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	3-67	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	50	7-73	4	-	22	102	
<b>Итого за прием</b>		<b>138-40</b>	<b>27</b>	<b>25</b>	<b>89</b>	<b>709</b>	

Зав. производством: Бакиева Е.С.  
Калькулятор: Маклакова О.М.  
Соц. педагог: Русанова Н.М.  
Мед. работник: Петухова А.К.





## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 4 марта 2026 г.

### Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше





Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Птица тушеная в соусе с овощами	100	57-70	7	6	9	119	№488-2004
Макаронные изделия отварные	180	14-62	6	7	39	246	№516-2004
Чай с лимоном	207	8-30	-	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
сок	200	23-21	-	-	23	90	
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	15	13	97	566	

### Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов	250	96-30	28	15	48	438	№443-2004
Чай с сахаром	200	3-67	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	50	7-73	4	-	22	102	
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	32	15	80	579	

### Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	16-96	1	2	2	34	№ 37-2004
Суп из овощей	270	32-62	6	7	13	138	№ 135-2004
Шницель с соусом	120	62-94	8	11	20	205	№451-2004 №528-1996
Каша рассыпчатая гречневая	150	12-64	9	8	43	279	№508-2004
Компот из ягод	200	9-37	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
<b>Итого :</b>		<b>138-40</b>	27	28	117	823	

Зав. производством:  Бакиева Е.С.  
Калькулятор:  Маклакова О.М.  
Соц. педагог:  Русанова Н.М.  
Мед. работник:  Петухова А.К.





## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 6 марта 2026 г.

### Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше





Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Мясо тушенное	100	70-80	15	6	4	132	№433-2004
Каша рассыпчатая гречневая	180	15-17	11	10	52	335	№508-2004
Чай с лимоном	207	8-30	-	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Кондитерское изделие	40	9-56	1	6	31	184	
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	<b>29</b>	<b>22</b>	<b>113</b>	<b>762</b>	

### Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Рыба запеченная со сметаной и сыром	100	49-17	23	17	4	259	№ 341-2013
Пюре картофельное	180	31-88	4	8	26	197	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	3-67	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Сдоба выборгская	50	19-11	3	3	28	154	
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	<b>32</b>	<b>28</b>	<b>79</b>	<b>700</b>	

### 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
Рассольник домашний	270	41-38	6	7	13	139	№ 131-2004
Биточки с соусом	120	57-10	5	5	34	206	№451-2004 №528-1996
Рис отварной	150	19-96	4	6	39	225	№ 511-2004
Компот из ягод	200	9-37	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
<b>Итого за прием</b>		<b>138-40</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>127</b>	<b>771</b>	

Зав. производством:  Бакиева Е.С.  
Калькулятор:  Маклакова О.М.  
Соц. педагог:  Русанова Н.М.  
Мед. работник:  Петухова А.К.



## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

со 2 по 6 марта 2026 г.

### Экспресс завтрак

**2.03.2026**

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская со сгущ. молоком	95	36-43	4,1	3,2	40,0	204,6
Чай с сахаром	200	3-67	0,2	0,0	10,02	38,99
<b>Итого:</b>		<b>40-10</b>	<b>4,3</b>	<b>3,2</b>	<b>50,02</b>	<b>243,59</b>

**3.03.2026**

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с крем-брюле	80	36-43	8,2	8,1	58,2	361,1
Чай с сахаром	200	3-67	0,2	0,0	10,02	38,99
<b>Итого:</b>		<b>40-10</b>	<b>8,4</b>	<b>8,1</b>	<b>68,22</b>	<b>400,09</b>

**4.03.2026**

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с клубникой	95	36-43	8,2	8,1	58,2	361,1
Чай с сахаром	200	3-67	0,2	0,0	10,02	38,99
<b>Итого:</b>		<b>40-10</b>	<b>8,4</b>	<b>8,1</b>	<b>68,22</b>	<b>400,09</b>

**5.03.2026**

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Булочка с клюквой	80	36-43	7,5	13,2	60,9	394,0
Чай с сахаром	200	3-67	0,2	0,0	10,02	38,99
<b>Итого:</b>		<b>40-10</b>	<b>7,7</b>	<b>13,2</b>	<b>70,92</b>	<b>432,99</b>

**6.03.2026**

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с малиной	95	36-43	8,2	8,1	58,2	361,1
Чай с сахаром	200	3-67	0,2	0,0	10,02	38,99
<b>Итого:</b>		<b>40-10</b>	<b>8,4</b>	<b>8,1</b>	<b>68,22</b>	<b>400,09</b>

Зав. производством: Бакиева Е.С.  
Калькулятор: Маклакова О.М.  
Соц. педагог: Русанова Н.М.  
Мед.работник: Петухова А.К.