



Утверждаю:
ИИ Яркова Н.В.

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

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 20 января 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша «Дружба»	205	37-63	6	5	32	232	№355-2022
Кофейный напиток	200	20-01	5	8	22	151	№692- 2004
Бутерброд с сыром	45	21-46	7	10	9	157	№3-2004
Кисломолочный продукт	95	28-60	5	4	17	124	
Итого :		107-70	23	27	80	664	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	100	67-51	13	7	4	132	№ 437-2004
Макаронные изделия отварные	180	14-96	6	7	39	246	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	2-13	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
Сок	200	19-66	-	-	23	90	
Итого :		107-70	21	14	87	558	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	15-85	2	3	3	57	№37-2004
Суп картофельный с бобовыми	260	27-75	9	6	22	185	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом	130	59-15	10	10	11	176	№462-2004 №528-1996
Пюре картофельное	180	30-08	4	8	26	197	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-13	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	28	27	83	705	

Зав. производством: Бакиева Е.С.
Калькулятор: Маклакова О.М.
Соц. педагог: Русанова Н.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 21 января 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

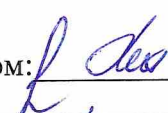
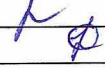
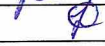
Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Куриное бедро запеченное	130	72-05	21	20	1	265	№ 494-2004 №528-1996
Пюре картофельное	180	30-08	4	8	26	197	№520-2004
Чай с сахаром	200	2-13	-	-	10	38	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
Итого :		107-70	27	28	48	551	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему	200	72-99	18	10	23	250	№436-2004
Компот из ягод	200	8-75	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб ржаной	50	6-30	2		16	96	
сок	125	19-66	-		14	56	
Итого :		107-70	21	10	81	518	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	17-85	2	3	3	57	№ 37-2004
Рассольник ленинградский	270	36-66	6	7	20	174	№ 132-2004
Гуляш	100	62-87	13	7	4	132	№ 437-2004
Каша рассыпчатая гречневая	180	15-45	11	10	52	335	№508-2004
Чай с сахаром	200	2-13	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	34	27	100	788	

Зав. производством:  Бакиева Е.С.
Калькулятор:  Маклакова О.М.
Соц. педагог:  Русанова Н.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9

на 22 января 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	205	62-21	20	33	4	398	№340-2004
Какао с молоком	200	22-39	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
сок	125	19-66	-	-	14	56	
Итого :		107-70	27	38	62	695	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша «Дружба»	205	37-63	6	5	32	232	№355-2022
Кофейный напиток	200	20-01	5	8	22	151	№692-2004
Бутерброд с сыром	45	21-46	7	10	9	157	№3-2004
Кисломолочной продукт	95	28-60	5	4	17	124	
Итого :		107-70	23	27	80	664	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	11-20	1,86	5,23	14,9	99,09	
Щи из свежей капусты с картофелем	270	33-34	7,7	8,54	10,0	138,52	№ 124-2004
Биточки с соусом	120	66-69	16,14	19,44	11,23	274,96	№451-2004 №578-2004
Макаронные изделия отварные	180	14-98	6,18	4,96	43,97	240,96	№ 516-2004
Компот из ягод	200	8-75	0,8	-	29,96	120,0	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	36,73	38,77	131,06	975,03	

Зав. производством: Бакиева Е.С.
 Калькулятор: Маклакова О.М.
 Соц. педагог: Русанова Н.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 23 января 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

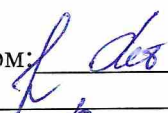
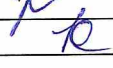
Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Тефтели 2 вариант с соусом	130	51-63	10	10	11	176	№462-2004 №528-2004
Макаронные изделия отварные	180	14-98	6	7	39	246	№516-2004
Напиток из плодов шиповника	200	9-05	-	-	24	94	№705-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
Кисломолочный продукт	95	28-60	-	-	10	95	
Итого :		107-70	18	17	95	662	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Куриное бедро запеченное	130	72-05	21	20	1	265	№ 494-2004 №528-1996
Пюре картофельное	180	30-08	4	8	26	197	№520-2004
Чай с сахаром	200	2-13	-	-	10	38	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
Итого :		107-70	27	28	48	551	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	10-91	2	3	3	57	№ 37-2004
Борщ с капустой и картофелем	270	30-35	5	8	13	145	№ 110-2004
Плов	200	89-32	22	12	38	350	№443-2004
Чай с лимоном	207	4-38	-	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	31	23	80	663	

Зав. производством:  Бакиева Е.С.
Калькулятор:  Маклакова О.М.
Соц. педагог:  Русанова Н.М.

Утверждаю:

ИП Яркова Н.В.

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 24 января 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему	200	72-99	18	10	23	250	№436-2004
Компот из ягод	200	8-75	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб ржаной	50	6-30	2		16	96	
сок	125	19-66	-		14	56	
Итого :		107-70	21	10	81	518	

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	55-80	23	17	4	259	№ 341-2013
Пюре картофельное	180	30-08	4	8	26	197	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-13	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
Сдоба выборгская	50	16-25	3	3	28	154	
Итого :		107-70	32	28	79	700	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	9-21	2	3	3	57	№37-2004
Рассольник домашний	270	37-87	6	7	13	139	№ 131-2004
Биточки с соусом	120	50-86	5	5	37	223	№451-2004 №528-1996
Рис отварной	180	28-27	5	7	47	270	№ 511-2004
Компот из ягод	200	8-75	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	21	22	139	856	

Зав. производством:

Бакиева Е.С.

Калькулятор:

Маклакова О.М.

Соц. педагог:

Русанова Н.М.

Утверждаю:

ИП Яркова Н.В.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9

с 20 по 24 января 2025 г.

Экспресс завтрак

20.01.2025

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба «Майская»	60	37-97	4,1	3,2	40,0	204,6
Чай с сахаром	200	2-13	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	4,3	3,2	50,02	243,59

21.01.2025

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Шаньга картофельная	85	37-97	6,4	18,8	35,3	270,0
Чай с сахаром	200	2-13	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	6,6	18,8	45,32	308,99

22.01.2025

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская повидлом	110	37-97	8,2	8,1	58,2	361,1
Чай с сахаром	200	2-13	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	8,4	8,1	68,22	400,09

23.01.2025

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Булочка с клюквой	100	37-97	7,5	13,2	60,9	394,0
Чай с сахаром	200	2-13	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	7,7	13,2	70,92	432,99

24.01.2025

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с банановым кремом	100	37-97	8,2	8,1	58,2	361,1
Чай с сахаром	200	2-13	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	8,4	8,1	68,22	400,09

Зав. производством:

Бакиева Е.С.

Калькулятор:

Маклакова О.М.

Соц. педагог:

Русанова Н.М.