



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9

на 5 ноября 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	205	56-31	20	33	4	398	№340-2004
Какао с молоком	200	24-60	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-58	2	-	11	51	
сок	125	23-21	-	-	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
Гуляш	100	63-62	13	7	4	132	№ 437-2004
Макаронные изделия отварные	180	15-20	6	7	39	246	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	2-09	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-58	2	-	11	51	
Сок	200	23-21	-	-	23	90	
Итого :		107-70	21	14	87	558	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из вареных овощей	100	8-44	2	3	3	57	№37-2004
Рассольник ленинградский	270	30-38	6	7	20	174	№ 132-2004
Бедро куриное запеченное с соусом	130	70-47	21	20	1	265	№ 494-2004 №528-1996
Каша рассыпчатая гречневая	180	16-09	11	10	52	335	№508-2004
Компот из ягод	200	9-44	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-58	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	43	40	115	998	

Зав. производством:

Бакиева Е.С.

Калькулятор:

Маклакова О.М.

Соц. педагог:

Русанова Н.М.

Мед.работник:

Петухова А.К.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**М е н ю**

Столовая школы № 9

на 6 ноября 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Котлеты с соусом	130	53-33	5	5	37	223	№451-2004 №528-1996
Пюре картофельное	180	25-99	4	8	26	197	№520-2004
Компот из ягод	200	9-44	1	-	28	116	№511-2013
Бутерброд с сыром	45	18-94	7	10	9	157	№3-2004
Итого :		107-70	17	23	100	693	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша жидкая пшенная	205	33-45	4	5	19	221	№311-2004
Кофейный напиток	200	21-69	5	8	22	151	№692-2004
Бутерброд с сыром	50	22-53	8	11	10	174	№3-2004
Кисломолочный продукт	95	30-03	-	-	10	95	
Итого :		107-70	17	24	61	641	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	33-13	2	3	3	57	№ 37-2004
Борщ с капустой и картофелем	270	32-34	5	8	13	145	№ 110-2004
Плов	200	63-27	22	12	38	350	№443-2013
Чай с лимоном	207	6-08	-	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	25	3-58	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.Мед. работник:  Петухова А.К.



Утверждаю:
И.П. Яркова Н.В.



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

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9

на 7 ноября 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Мясо тушенное	100	72-39	15	6	4	132	№433-2004
Каша рассыпчатая гречневая	180	16-09	11	10	52	335	№508-2004
Чай с лимоном	207	6-08	-	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	25	3-58	2	-	11	51	
Кондитерское изделие	40	9-56	1	6	31	184	
Итого :		107-70	29	22	113	762	

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	56-93	23	17	4	259	№ 341-2013
Пюре картофельное	180	25-99	4	8	26	197	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-09	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-58	2	-	11	51	
Сдоба выборгская	50	19-11	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 вареных овощей	100	8-44	2	3	3	57	№37-2004
Рассольник домашний	270	31-93	6	7	13	139	№ 131-2004
Биточки с соусом	130	60-68	5	5	37	223	№451-2004 №528-1996
Рис отварной	180	24-33	5	7	47	270	№ 511-2004
Компот из ягод	200	9-44	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-58	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.
Мед.работник:  Петухова А.К.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

с 5 по 7 ноября 2025 г.

Экспресс завтрак

5.11.2025

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская со сгущ. молоком	95	38-01	8,2	8,1	58,2	361,1
Чай с сахаром	200	2-09	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	8,4	8,1	68,22	400,09

6.11.2025

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Булочка с клюквой	80	38-01	7,5	13,2	60,9	394,0
Чай с сахаром	200	2-09	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	7,7	13,2	70,92	432,99

7.11.2025

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с кремом	80	38-01	8,2	8,1	58,2	361,1
Чай с сахаром	200	2-09	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.

Мед. работник:

Петухова А.К.