



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
М е н ю

Столовая школы № 9

на 29 января 2024 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	47.60	66-36	15,29	11,09	3,61	189,69	№ 437-2004
Макароны отварные	150	11-70	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Чай с сахаром с лимоном	200.7	5-21	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Сок в индивидуальной упаковке	125	21-45	0,2	0,0	14,38	57,5	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,75	50,75	
Итого :		107-70	22,97	15,52	80,58	558,74	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с м/растит	60	5-19	0,63	3,0	2,17	38,37	№ 22-2013
Солянка из птицы со сметаной	10/250/10	36-52	16,8	15,3	4,82	214,6	№ 158-2004
Биточки рубленые из птицы запеченные, с соусом томатным	73.30	54-18	15,29	11,09	3,61	189,69	№498-2004 №587-2004
Картофельное пюре	150	18-23	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 516-2004
Какао на молоке	200	18-32	4,98	5,36	22,58	154,34	№693-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		138-40	46,81	40,59	90,24	921,37	

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 30 января 2024 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Курица, в соусе с томатом	68.50	83-47	14,15	15,16	16,3	242,87	№405-2013
Рис отварной	150	19-25	4,28	5,1	40,42	227,15	№ 511-2004
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№693-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,75	50,75	
Итого :		107-70	20,66	20,56	77,49	559,76	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Степной»	60	12-12	3,55	5,77	3,42	47,74	
Суп из овощей с мясом со сметаной	14/250/10	33-48	6,02	7,9	14,6	155,4	№ 135-2004
Котлеты рубленые запеченные, с соусом томатным	90.30	63-55	14,6	17,78	10,39	251,66	№451-2004 №578-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	13-97	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Компот из вишни	200	9-32	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,06	0,6	21,0	101,5	
Итого :		138-40	37,21	37,96	115,83	912,96	

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



Согласовано
Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.

Столовая школы № 9

на 31 января 2024 г.

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Огурцы свежие (поджаривание)	41	13-62	0,46	3,0	1,48	34,38	№ 17-2013
Котлеты мясные с соусом	90.30	63-55	14,6	17,78	10,39	251,66	№451-2004 №578-2004
Пюре картофельное	150	18-23	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 520-2004
Компот из вишни	200	9-32	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,75	50,75	
Итого :		107-70	22,35	26,32	80,1	643,26	

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Полонинский»	60	18-41	0,67	6,0	2,99	68,58	№ 24-2004
Суп лапша домашняя с курицей	10/250	22-39	6,4	5,7	10,1	117	№ 148-2004
Жаркое по-домашнему	200	78-32	17,56	21,55	22,34	348,78	№436-2004
Компот из шиповника	200	13-82	0,8	-	29,96	120	№705-2004
Хлеб «Славянский» ржаной	50	5-46	2,75	0,5	16,04	95,0	
Итого :		138-40	28,18	33,75	81,43	749,36	

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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

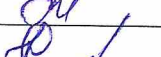
на 1 февраля 2024 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	48.60	67-30	15,29	11,09	3,61	189,69	№ 437-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	13-97	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№693-2004
Сок в индивидуальной упаковке	125	21-45	0,2	0,0	14,38	57,5	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,75	50,75	
Итого :		107-70	26,5	17,3	83,76	609,99	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с м/растит	60	5-19	0,63	3,0	2,17	38,37	№ 22-2013
Солянка из птицы со сметаной	10/250/10	36-52	16,8	15,3	4,82	214,6	№ 158-2004
Курица, в соусе с томатом	51.50	60-71	14,15	15,16	16,3	242,87	№405-2013
Макароны отварные	150	11-70	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Какао на молоке	200	18-32	4,98	5,36	22,58	154,34	№693-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		138-40	45,76	43,55	103,51	952,48	

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 2 февраля 2024 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Минтай запеченный со сметаной и сыром	100	55-94	21,4	14,5	4,3	233,2	№ 341-2013
Пюре картофельное	150	18-23	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Булочка «Майская»	60	28-55	5,15	2,1	27,0	141,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	33,84	22,14	87,88	686,81	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Винегрет овощной	60	12-17	1,09	6,05	4,22	76,51	№ 71-2004
Щи с говядиной со сметаной	16/250/10	33-00	7,7	8,54	10,0	138,52	№ 124-2004
Плов из мяса	200	77-95	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Компот из вишни	200	9-32	0,16	0,0	17,03	66,05	№ 630-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	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.