



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

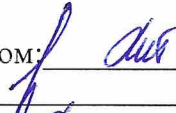
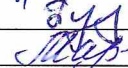
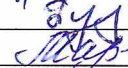
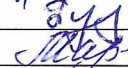
на 9 октября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Огурцы свежие (поджаривание)	60	10-31	0,5	0,1	1,3	7,9	№ 70-2013
Курица, в соусе с томатом	70.50	69-28	14,15	15,16	16,3	242,87	№405-2013
Макароны отварные	180	13-65	6,61	5,36	42,51	248,43	№ 516-2004
Компот ягодный	200	11-48	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	23,74	20,89	96,44	650,6	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с м/растит	60	5-58	0,05	3,55	21	61,45	ТТК
Суп из овощей с говядиной со сметаной	10/250/10	26-10	5,31	4,97	12,35	117,23	№ 135-2004
Биточки рубленые из птицы запеченные, с соусом томатным	90,30	55-54	14,98	15,6	15,32	252,29	№498-2004 №587-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	14-56	8,44	10,82	42,28	290,05	№508-2004
Компот из вишни	200	7-91	0,2	-	21,42	83,6	№511-2013
Сок в индивидуальной упаковке	200	22-75	0,4	0,0	22,0	92,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого :		138-40	33,94	35,48	164,19	1032,22	

Зав. производством:  Бакиева Е.С.
Калькулятор:  Маклакова О.М.
Соц. педагог:  Русанова Н.М.
Мед. работник:  Мамедова Д.В.



Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

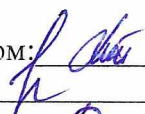
на 10 октября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему из говядины	200	77-42	13,53	15,37	32,61	320,48	№ 436-2004
Чай с сахаром с лимоном	200.5	4-80	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Сок в индивидуальной упаковке	200	22-75	0,4	0,0	23,0	92,0	
Хлеб «Славянский» ржаной	25	2-73	2,28	0,12	14,91	57	
Итого :		107-70	16,51	15,49	85,72	529,48	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Синьор помидор»	60	6-55	0,05	3,55	21	61,45	№ 22-2013
Солянка из птицы со сметаной	250/10	42-90	14,78	13,2	5,51	193,75	№ 158-2004
Гуляш из говядины	50.50	69-60	19,44	21,41	10,06	291,34	№ 437-2004
Макароны отварные	150	11-40	5,68	4,49	36,59	212,67	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	-	10,02	38,99	№693-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	6,84	0,81	29,82	136,2	
Итого :		138-40	46,99	47,66	113,0	934,4	

Зав. производством:  Бакиева Е.С.
Калькулятор:  Маклакова О.М.
Соц. педагог:  Русанова Н.М.
Мед. работник:  Галактионова Ю.В.



Утверждаю:
ИП Яковлева Н.В.

Согласовано
Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 11 октября 2023 г.

Горячий завтрак 1 смена

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	200	65-13	19,54	21,54	3,03	378,4	№ 340-2004
Какао на молоке	200	18-31	3,15	3,2	24,75	125,87	№ 693-2004
Сок в индивидуальной упаковке	125	21-30	0,25	0,0	14,38	57,5	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-96	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	25,22	25,01	57,07	629,57	

Горячий завтрак 2 смена

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из говядины	51.150	80-00	15,06	19,43	45,19	405,79	№370-2013
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Сок в индивидуальной упаковке	200	22-75	0,4	0,0	22,0	90,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-96	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	17,94	19,70	92,12	602,58	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Артамоша»	60	16-55	0,5	3,55	21	61,45	ТТК
Суп лапша домашняя с курицей	17/250	26-76	4,91	5,77	16,5	194	№ 148-2004
Жаркое по-домашнему	200	77-42	13,55	15,38	32,62	320,48	№436-2004
Компот из шиповника	200	12-21	0,8	-	29,96	120	№705-2004
Хлеб «Славянский» ржаной	50	5-46	4,56	0,24	29,82	114	
Итого :		138-40	24,32	24,94	129,9	809,93	

Зав. производством: Бакиева Е.С.
Калькулятор: Маклакова О.М.
Соц. педагог: Русанова Н.М.
Мед. работник: Мамедова Д.В.

Утверждаю:

ИП Яркова Н.В.



СОШ № 9
Ключко О.М

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

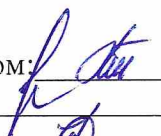
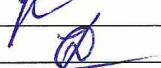
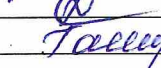
на 12 октября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Огурцы свежие (поджаривание)	53	9-06	0,5	0,1	1,0	7,9	№ 22-2013
Биточки рубленые из птицы запеченные, с соусом томатным	100.30	61-18	16,64	17,33	17,02	280,32	№ 498-2004
Пюре картофельное	180	20-35	3,68	5,87	26,28	180,07	№ 520-2004
Компот из смородины	200	14-13	0,2	0,0	21,42	83,6	№ 511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	23,3	23,57	80,63	619,69	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Солнечный зайчик»	60	8-80	0,5	3,55	21	61,45	ТТК
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	13/250/10	35-31	6,39	7,07	21,01	152,23	№ 132-2004
Бефстроганов из говядины	50.50	74-94	19,44	21,41	10,06	291,34	№ 423-2004
Макароны отварные	150	11-40	5,68	4,49	36,59	212,67	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	-	10,02	38,99	№ 685-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого :		138-40	36,77	37,06	128,5	892,28	

Зав. производством:  Бакиева Е.С.
Калькулятор:  Маклакова О.М.
Соц. педагог:  Русанова Н.М.
Мед. работник:  Галактионова Ю.В.

Утверждаю:

ИП Яркова Н.В.



Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9

на 13 октября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Бефстроганов из говядины	40.60	63-38	19,44	21,41	10,06	291,34	№ 423-2004
Макароны отварные	180	13-65	6,61	5,36	42,51	248,43	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	0,0	10,02	38,99	№ 685-2004
Яблоко	150	25-70	0,6	0,0	13,4	60,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный.	25	2-98	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	29,13	27,04	90,9	706,56	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Винегрет овощной	60	13-37	0,8	6,1	4,1	74,4	№ 71-2004
Щи с говядиной со сметаной	15/250/10	32-59	5,79	7,77	11,21	138,31	№ 124-2004
Плов из мяса	200	78-57	15,06	19,43	45,19	405,79	№370-2013
Компот из вишни	200	7-91	0,36	0,0	33,16	127,45	№ 630-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого :		138-40	26,57	33,84	123,48	881,55	

Зав. производством:

Бакиева Е.С.

Калькулятор:

Маклакова О.М.

Соц. педагог:

Русанова Н.М.

Мед. работник:

Мамедова Д.В.

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



СОШ № 9
Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

с 9 по 13 октября 2023 г.

Экспресс завтрак

9.10.2023

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская со сгущ. молоком	80	17-35	5,9	3,8	51,4	263,7
Сок в индивидуальной упаковке	200	22-75	0,3	0,0	23,0	92,0
Итого:		40-10	6,2	3,8	74,4	355,7

10.10.2023

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Шаньга картофельная	100	32-19	5,2	12,2	22,71	216,8
Компот из вишни	200	7-91	0,2	-	21,42	83,6
Итого:		40-10	5,4	12,2	44,13	300,4

11.10.2023

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Булочка «Майская»	80	38-11	5,9	3,8	51,4	263,7
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	6,1	3,8	61,42	302,69

12.10.2023

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Курник	100	38-11	9,24	10,8	25,35	244,0
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	-	10,02	38,99
Итого:		40-10	9,44	10,8	35,37	282,99

13.10.2023

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с повидлом	80	17-35	5,9	3,8	51,4	263,7
Сок в индивидуальной упаковке	200	22-75	0,3	0,0	23,0	92,0
Итого:		40-10	6,2	3,8	74,4	355,7

Зав. производством: Бакиева Е.С.
Калькулятор: Маклакова О.М.
Соц. педагог: Русанова Н.М.
Мед. работник: Мамедова Д.В.