

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9 на 1 декабря 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	90	64-29	12	6	4	119	№ 437-2004
Макаронные изделия отварные	150	14-34	5	6	35	221	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	1-99	-	-	10	39	№ 685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Сок	125	23-21	-	-	14	56	
Итого :		107-70	19	12	74	486	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша жидкая пшенная	205	35-08	4	5	19	221	№ 311-2004
Кофейный напиток	200	21-53	5	8	22	151	№ 692-2004
Бутерброд с сыром	45	19-69	7	10	9	157	№ 3-2004
Кисломолочный продукт	95	31-40	-	-	10	95	
Итого :		107-70	16	23	60	624	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	12-94	2	2	3	57	№ 37-2004
Суп картофельный с бобовыми	260	23-61	9	6	22	185	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом	120	68-75	9	9	10	162	№ 462-2004
							№ 528-1996
Пюре картофельное	150	23-38	3	7	22	164	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	1-99	-	-	10	39	№ 685-2004
Хлеб пшеничный	50	7-73	4	-	22	102	
Итого за прием		138-40	27	25	89	709	

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 2 декабря 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Плов из птицы	200	71-60	15	15	27	308	№492-2004
Напиток из плодов шиповника	200	9-02	-	-	24	94	№705-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Сок	125	23-21	-	-	14	56	
Итого :		107-70	17	15	76	509	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	205	56-18	20	33	4	398	№340-2004
Какао с молоком	200	24-44	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Сок	125	23-21	-	-	14	56	
Итого :		107-70	27	38	62	695	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из вареных овощей	60	5-06	1	2	2	34	№37-2004
Щи из свежей капусты с картофелем	270	24-60	5	7	10	127	№ 124-2004
Котлеты с соусом	120	66-09	5	5	34	206	№451-2004 №528-1996
Макароны изделия отварные	150	14-34	5	6	35	221	№ 516-2004
Какао с молоком	200	24-44	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	23	25	125	829	

Зав. производством: Л.А. Антипова Е.Ю.

Калькулятор: О.М. Маклакова О.М.

Соц. педагог: Н.М. Русанова Н.М.

Мед. работник: О.А. Преснякова О.А.



Утверждаю: Наталья
ИП Яркова Н.В.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 9



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 3 декабря 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	205	56-18	20	33	4	398	№340-2004
Какао с молоком	200	24-44	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2		11	51	
Сок	125	23-21	-	-	14	56	
Итого :		107-70	27	38	62	695	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	90	64-29	12	6	4	119	№ 437-2004
Макаронные изделия отварные	150	14-34	5	6	35	221	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	1-99	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Сок	125	23-21	-	-	14	56	
Итого :		107-70	19	12	74	486	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из вареных овощей	60	5-06	1	2	2	34	№37-2004
Рассольник ленинградский	270	31-98	6	7	20	174	№ 132-2004
Бедро куриное запеченное	130	73-25	21	20	1	265	№ 494-2004 №528-1996
Каша рассыпчатая гречневая	150	14-96	9	8	43	279	№508-2004
Компот из ягод	200	9-28	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	40	37	105	919	

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:
И.О. Директор МАОУ СОИ № 9
Митрошенкова Н.Н.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 4 декабря 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Котлеты с соусом	120	56-10	5	5	34	206	№451-2004 №528-1996
Пюре картофельное	150	23-38	3	7	22	164	№520-2004
Компот из ягод	200	9-28	1	-	28	116	№511-2013
Бутерброд с сыром	45	18-94	7	10	9	157	№3-2004
Итого :		107-70	16	22	93	643	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша жидкая пшениная	205	35-08	4	5	19	221	№311-2004
Кофейный напиток	200	21-53	5	8	22	151	№692-2004
Бутерброд с сыром	45	19-69	7	10	9	157	№3-2004
Кисломолочный продукт	95	31-40	-	-	10	95	
Итого :		107-70	16	23	60	624	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	38-09	2	3	3	57	№ 37-2004
Борщ с капустой и картофелем	270	27-81	5	8	13	145	№ 110-2004
Плов	200	58-18	22	12	38	350	№443-2004
Чай с лимоном	207	6-59	-	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	50	7-73	4	-	22	102	
Итого за прием		138-40	33	23	91	714	

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 5 декабря 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Мясо тушенное	100	78-42	15	6	4	132	№433-2004
Каша рассыпчатая гречневая	150	14-96	9	8	43	279	№508-2004
Чай с лимоном	207	6-59	-	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	50	7-73	4	1	22	102	
Итого :		107-70	28	15	84	573	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Рыба, запеченная со сметаной и сыром	90	59-35	21	15	4	233	№ 341-2013
Пюре картофельное	150	23-38	3	7	22	164	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	1-99	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Сдоба выборгская	50	19-11	3	3	28	154	
Итого :		107-70	29	25	75	641	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	7-79	1	2	2	34	№37-2004
Рассольник домашний	270	33-53	6	7	13	139	№ 131-2004
Биточки с соусом	120	59-76	5	5	34	206	№451-2004
							№528-1996
Рис отварной	150	24-17	4	6	39	225	№ 511-2004
Компот из ягод	200	9-28	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	19	20	127	771	

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