

«Утверждаю»
ИП Яркова Н.В.

Согласовано
И.О. Тиракгора МАОУ СОШ № 9
Директор Ва.Е.В.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 4 декабря 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	51.60	71-52	15,29	11,09	3,61	189,69	№ 437-2004
Макароны отварные	150	11-70	5,15	4,13	36,64	200,08	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Сок в индивидуальной упаковке	125	19-50	0,2	0,0	14,38	57,5	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	22,87	15,52	75,15	537,01	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Аргомоша»	60	18-97	3,55	5,77	3,42	47,74	
Суп гороховый с говядиной	23/250	38-56	9,18	7,84	22,3	196,92	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом	90/30	55-31	12,86	22,62	14,93	301,13	№462-2004 №587-2004
Пюре картофельное	150	17-60	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	34,9	42,07	107,73	909,15	

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. Директора МАОУ СОШ № 9
Григорьева Е.В.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 5 декабря 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из курицы	190	71-40	24,22	15	29,03	352,06	№492-2004
Компот из шиповника	200	13-82	0,8	0,0	29,96	120	№705-2004
Сок в индивидуальной упаковке	125	19-50	0,2	0,0	14,38	57,5	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	27,25	15,3	83,87	580,31	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Солнечный зайчик»	60	8-18	1,1	3,05	5,71	54,25	№ 17-2013
Щи с говядиной со сметаной	14/250/10	30-74	7,7	8,54	10,0	138,52	№ 124-2004
Котлеты мясные с соусом	90.30	63-50	14,6	17,78	10,39	251,66	№451-2004 №578-2004
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 «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	37,58	39,46	106,32	901,07	

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



г. Ленинград, ул. Гурьянова, д. 40
 Ленинградский государственный университет им. А.А. Жданова
 Библиотека

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Меню

Столовая школы № 9

на 6 декабря 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Запеканка «Царская» с молоком сгущенным	150.20	77-63	13,75	9,87	32,86	279,3	10/5-2011
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№686-2004
Сдоба Выборгская с повидлом	130	28-07	9,1	5,9	79,9	410,02	
Итого :		107-70	23,05	15,77	122,78	728,31	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептур
Салат из свеклы с маслом растит	60	4-37	0,82	5,0	5,0	67,5	ГТК
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	10/250/10	31-11	8,78	8,74	20,1	185,52	№ 132-2004
Курица (бедро) запеченная	90	74-24	14,6	13,6	0,6	183,2	№ 494-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	14-80	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Компот из вишни	200	7-92	0,16	0,0	17,03	66,05	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	37,19	33,85	108,73	876,83	

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

«Утверждаю»
ИП Яркова Н.В.



Согласно
И.О. Директора МОУ СОШ № 9
Григорьева Е.В.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 7 декабря 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Огурцы свежие	54	12-72	0,63	3,0	2,17	38,37	№ 17-2013
Котлеты мясные с соусом	90.30	63-50	14,6	17,78	10,39	251,66	№451-2004 №578-2004
Пюре картофельное	150	17-60	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 520-2004
Компот из вишни	200	7-92	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		107-70	24,54	26,62	91,04	698,0	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Степной»	60	11-52	0,75	9,06	4,66	103,32	№ 25-2004
Борщ с говядиной и сметаной	17/250/10	36-58	7,78	9,44	13,42	156,52	№ 110-2004
Плов из говядины	200	79-13	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Чай с сахаром с лимоном	200.15.7	5-21	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	25,38	32,8	90,78	739,64	

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 8 декабря 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Говядина тушеная	41.60	61-31	15,97	15,64	3,17	204,64	№433-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	14-80	10,54	7,09	54,0	327,67	№508-2004
Чай с сахаром с лимоном	200,7	5-21	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Яблоко	150	23-40	0,6	0,0	12,9	60,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	29,44	23,03	95,77	703,06	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат овощной	60	7-99	1,11	3,13	8,94	59,45	
Рассольник домашний с говядиной со сметаной	10/250/10	32-37	7,98	8,74	13,02	150,52	№ 131-2004
Биточки мясные с соусом	90.30	63-50	14,6	17,78	10,39	251,66	№451-2004 №578-2004
Рис отварной	150	20-66	4,28	5,1	40,42	227,15	№ 511-2004
Компот из вишни	200	7-92	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	32,22	35,35	115,19	873,88	

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