



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 20 мая 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	46.60	66-52	15,29	11,09	3,61	189,65	№ 437-2004
Макароны отварные	150	11-55	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Чай с сахаром с лимоном	200.15.7	5-20	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,75	50,75	
Сок	125	21-45	-	-	14,38	57,5	
Итого :		107-70	22,77	15,52	80,58	558,7	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша вязкая «Дружба»	200.10	36-17	9,54	8,37	43,63	301,46	№302-2004
Кофейный напиток	200	17-24	4,78	7,7	22,07	151,34	№692- 2004
Хлеб ржаной с сыром	27/25	27-64	6,74	5,71	8,02	119,5	
йогурт	95	26-65	0,4	0,0	9,8	95	
Итого :		107-70	21,46	21,78	83,52	667,3	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с м/растит	60	6-37	0,63	3,0	2,17	38,37	№ 22-2013
Солянка из птицы со сметаной	250/10	34-58	16,8	15,3	4,82	214,6	№ 158-2004
Биточки рубленые куриные с соусом	90.30	53-63	14,98	15,6	15,32	252,29	№498-2004 №587-2004
Картофельное пюре	150	18-95	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 516-2004
Какао на молоке	200	18-91	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	46,5	45,1	101,95	983,97	

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 21 мая 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Курица тушеная в соусе	83.50	78-93	14,15	15,16	16,3	242,87	№405-2013
Рис отварной	150	20-64	4,28	5,1	40,42	227,15	№ 511-2004
Чай с сахаром	200	2-17	0,2	-	10,02	38,99	№693-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		107-70	22,68	20,86	87,74	610,51	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Куриное бедро запеченное	90.30	77-27	16,2	15,1	16,85	252,29	№ 494-2004
Картофельное пюре	150	18-95	5,06	5,24	36,06	222,87	№520-2004
Компот св замор. ягод	200	8-50	0,16	-	17,03	66,05	№511-2013
Хлеб пшеничный йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	23,45	20,64	80,44	591,96	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Артамоша»	48	17-36	3,55	5,77	3,42	47,74	
Суп из овощей с мясом со сметаной	10/250/10	29-73	6,02	7,9	14,6	155,4	№ 135-2004
Котлеты рубленые запеченные, с соусом томатным	90.30	63-94	14,6	17,78	10,39	251,66	№451-2004 №578-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	12-91	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Компот св замор. ягод	200	8-50	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб пшеничный 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.

Утверждаю:
ИП Яковлева Н.В.

Согласовано:
Директор МАБОУ СОШ № 9
Маклакова О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 22 мая 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Овощи по сезону (помидоры свежие)	35	12-30	0,63	3,0	2,17	38,37	№ 22-2013
Котлеты мясные с соусом	90.30	63-94	14,6	17,78	10,39	251,66	№451-2004 №578-2004
Картофельное пюре	150	18-95	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 520-2004
Компот из св замор. ягод	200	9-53	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб пшеничный йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,75	50,75	
Итого :		107-70	22,52	26,32	80,79	647,25	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из мяса	198	78-50	15,06	19,43	45,19	405,79	№370-2013
Чай с сахаром	200	2-17	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2-98	2,28	0,27	14,91	67,8	
Сок	200	24-05	-	-	23,0	92,0	
Итого :		107-70	17,54	19,70	93,12	604,58	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Полонинский»	57	17-84	0,67	6,0	2,99	68,58	№ 24-2004
Суп лапша домашняя с курицей	10/250	20-46	6,4	5,7	10,1	117	№ 148-2004
Жаркое по-домашнему	200	80-55	17,56	21,55	22,34	348,78	№436-2004
Компот из шиповника	200	14-09	0,8	-	29,96	120	№705-2004
Хлеб 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: 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 23 мая 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	46.60	65-59	15,29	11,09	3,61	189,69	№ 437-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	12-91	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Чай с сахаром	200	2-17	0,2	0,0	10,02	38,99	№693-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Сок	200	24-05	-	-	23,0	92,0	
Итого :		107-70	26,3	17,3	92,13	644,49	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Тефтели 2 вариант с соусом	84/30	52-43	12,86	22,62	14,93	301,13	№462-2004 №587-2004
Макароны отварные	150	11-55	5,15	4,13	36,64	200,8	№516-2004
Компот из шиповника	200	14-09	0,8	0,0	29,96	120,0	№705-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
йогурт	95	26-65	0,4	1,5	9,8	95	
Итого :		107-70	21,24	28,55	101,83	767,68	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с м/растит	60	6-37	0,63	3,0	2,17	38,37	№ 22-2013
Солянка из птицы со сметаной	250/10	34-58	16,8	15,3	4,82	214,6	№ 158-2004
Курица тушеная в соусе	62.50	61-03	14,15	15,16	16,3	242,87	№405-2013
Макароны отварные	150	11-55	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Какао на молоке	200	18-91	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.

Утверждаю:

ИП Якова Н.В.



Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 9



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9

на 24 мая 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Рыба запеченная со сметаной и сыром	90	53-98	21,4	14,5	4,3	233,2	№ 341-2013
Пюре картофельное	150	18-95	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-17	0,2	-	10,02	38,99	№ 685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Выпечка	60	29-62	5,15	2,1	27,0	141,0	
Итого :		107-70	33,84	22,14	87,88	686,81	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему	198	78-32	17,56	21,55	22,34	348,78	№ 436-2004
Чай с лимоном	200.15.7	5-20	0,3	0,0	15,2	60,0	№ 686-2004
Хлеб ржаной	25	2-73	1,38	0,25	8,02	47,5	
Сок	125	21-45	0,2	0,0	14,38	57,5	
Итого :		107-70	19,44	21,8	59,94	513,78	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Винегрет овощной	60	12-71	1,09	6,05	4,22	76,51	№ 71-2004
Щи с мясом со сметаной	10/250/12	28-99	7,7	8,54	10,0	138,52	№ 124-2004
Плов из мяса	200	81-21	12,5	13,7	36,5	319,3	№ 370-2013
Компот из вишни	200	9-53	0,16	0,0	17,03	66,05	№ 630-2004
Хлеб пшеничный 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.