



Согласовано:
И.О. Директора МАОУ СОШ № 9
Григорьева Н.В.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 18 ноября 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша «Дружба»	200.10	38-65	9,54	8,37	43,63	301,46	№302-2004
Кофейный напиток	200	18-45	4,78	7,7	22,07	151,34	№692-2004
Хлеб ржаной с сыром	21/25	22-00	6,74	5,71	8,02	119,5	
Кисломолочной продукт	95	28-60	0,4	0,0	9,8	95	
Итого :		107-70	21,46	21,78	83,52	667,3	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	107	68-26	15,29	11,09	3,61	189,69	№437-2004
Макароны отварные	180	14-45	6,18	4,96	43,97	240,96	№516-2004
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,5	50,75	
Сок	200	19-66	-	-	14,38	57,5	
Итого :		107-70	23,7	16,35	82,48	577,89	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с маслом растит	100	10-34	1,36	8,33	8,33	112,5	
Суп гороховый с мясом	16/250	30-75	9,18	7,84	22,3	196,92	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом	100/30	64-19	14,2	24,81	16,27	329,92	№462-2004 №587-2004
Картофельное пюре	180	24-52	6,07	6,29	43,27	267,44	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-55	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	35,06	47,87	121,19	1047,27	

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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 19 ноября 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

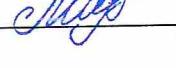
Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Куриное бедро запеченное	104.30	77-85	18,0	16,77	18,72	280,3	№ 494-2004
Картофельное пюре	180	24-52	6,07	6,29	43,27	267,44	№259-2004
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	-	10,02	38,99	№686-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	26,3	23,36	82,51	637,48	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему	196	76-77	17,56	21,55	22,34	348,78	№436-2004
Чай с лимоном	200.15.7	5-27	0,3	-	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб ржаной	50	6-00	2,75	0,5	16,04	95,0	
Сок	200	19-66	-	-	14,38	57,5	
Итого :		107-70	20,61	22,05	67,96	561,28	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Солнечный зайчик»	100	14-62	1,26	15,11	7,78	170,53	№ 25-2004
Рассольник ленинградский с мясом и сметаной	10/250/10	33-41	8,78	8,74	20,1	185,52	№ 132-2004
Гуляш из говядины	100	58-92	15,29	11,09	3,61	189,69	№ 437-2004
Каша гречневая рассыпчатая	180	14-91	10,54	7,09	54,0	327,64	№508-2004
Компот из свежемороженых ягод	200	9-99	0,2	-	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-55	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	40,12	42,63	127,91	1058,48	

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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 20 ноября 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из мяса	200	82-71	15,06	19,43	45,19	405,79	№370-2013
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный.	25	3-28	2,28	0,27	14,91	67,8	
Сок	200	19-66	-	-	23,0	92,0	
Итого :		107-70	17,54	19,7	93,12	604,58	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша «Дружба»	200.10	38-65	9,54	8,37	43,63	301,46	№302-2004
Кофейный напиток	200	18-45	4,78	7,7	22,07	151,34	№692- 2004
Хлеб ржаной с сыром	21/25	22-00	6,74	5,71	8,02	119,5	
Йогурт	95	28-60	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 овощной	100	20-32	1,86	5,23	14,9	99,09	
Щи с мясом со сметаной	10/50/5	26-20	7,7	8,54	10,0	138,52	№ 124-2004
Биточки мясные с соусом	84,30	61-83	16,14	19,44	11,23	274,96	№451-2004 №578-2004
Макароны отварные	180	14-45	6,18	4,96	43,97	240,96	№ 516-2004
Компот из шиповника	200	9-05	0,8	-	29,96	120,0	№693-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-55	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	36,73	38,77	131,06	975,03	

Зав. производством:

Бакиева Е.С.

Калькулятор:

Маклакова О.М.

Соц. педагог:

Русанова Н.М.

Мед. работник:

Мамедова Д.В.

Утверждаю:
И.П. Яркова Н.В.

Согласовано:

И.О. Директора МАОУ СОШ № 9
Григорьева Е.В.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 21 ноября 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Тефтели 2 вариант с соусом	82,30	52-32	14,2	24,81	16,27	329,92	№462-2004 №587-2004
Макароны отварные	180	14-45	6,18	4,96	43,97	240,96	№516-2004
Компот из шиповника	200	9-05	0,8	-	29,96	120	№705-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,5	50,75	
Йогурт	95	28-60	0,4	-	9,8	95	
Итого :		107-70	23,61	30,07	110,5	836,63	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Куриное бедро запеченное	104.30	77-85	18,0	16,77	18,72	280,3	№ 494-2004
Картофельное пюре	180	24-52	6,07	6,29	43,27	267,44	№259-2004
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	-	10,02	38,99	№686-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	26,3	23,36	82,51	637,48	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Синьор помидор»	100	12-08	6,44	10,46	6,55	146,47	№ 50-2004
Борщ с мясом и сметаной	11/250/10	31-55	7,78	9,44	13,42	156,52	№ 110-2004
Плов из мяса	200	82-95	15,4	15,9	48,7	399,5	№370-2013
Чай с лимоном	200.15.7	5-27	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-55	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	33,97	36,4	104,87	863,99	

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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 22 ноября 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему	196	76-77	17,56	21,55	22,34	348,78	№436-2004
Чай с лимоном	200.15.7	5-27	0,3	-	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб ржаной	50	6-00	2,75	0,5	16,04	95,0	
Сок	200	19-66	-	-	14,38	57,5	
Итого :		107-70	20,61	22,05	67,96	561,28	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Рыба запеченная со сметаной и сыром	130	63-55	30,9	21,0	6,2	336,86	№ 341-2013
Картофельное пюре	180	24-52	6,07	6,29	43,27	267,44	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,5	50,75	
Выпечка	50	14-30	5,15	2,1	27,0	141,0	
Итого :		107-70	44,35	26,69	96,99	835,04	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свежей капусты с морковью	100	9-25	0,76	5,0	2,47	57,3	№ 17-2013
Рассольник домашний с мясом и сметаной	10/250/5	33-70	7,98	8,74	13,02	150,52	№ 131-2004
Биточки мясные с соусом	71,30	52-86	16,14	19,44	11,23	274,96	№451-2004 №578-2004
Рис отварной	180	26-05	5,14	6,13	48,5	272,58	№ 511-2004
Компот из свежемороженных ягод	200	9-99	0,2	-	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-55	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	34,27	39,91	117,64	940,46	

Зав. производством: Бакиева Е.С.

Калькулятор: Маклакова О.М.

Соц. педагог: Русанова Н.М.

Мед. работник: Мамедова Д.В.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

с 18 по 22 ноября 2024 г.

Экспресс завтрак

18.11.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сыр	18	16-26	4,4	4,4	0,0	58,5
Макароны отварные с соусом	180.30	18-51	7,35	6,23	47,24	276,04
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	0,0	10,02	38,99
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,5	50,75
Итого:		40-10	13,98	10,93	67,76	424,28

19.11.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с крем-брюле	110	34-83	8,2	8,1	58,2	361,1
Чай с сахаром с лимоном	200/7	5-27	0,3	0,0	15,2	60,0
Итого:		40-10	8,5	8,1	73,4	421,1

20.11.2024

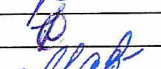
Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Каша вязкая «Дружба» с маслом сливочным	200/5,4	31-50	9,54	8,37	43,63	301,46
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	0,0	10,02	38,99
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	6-55	4,05	0,6	21,0	101,5
Итого:		40-10	13,79	8,97	74,65	441,95

21.11.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Шаньга картофельная	100	34-83	6,4	18,8	35,3	270,0
Чай с сахаром с лимоном	200/7	5-27	0,3	0,0	15,2	60,0
Итого:		40-10	6,7	18,8	50,5	330,0

22.11.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Помидоры свежие (поджаривание)	61	13-83	2,5	2,3	0,1	31,1
Каша гречневая рассыпчатая с соусом	180.30	17-67	8,78	5,91	45,0	273,06
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	0,0	10,02	38,99
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	6-55	4,05	0,6	21,0	101,5
Итого:		40-10	15,53	8,81	76,12	444,65

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