

Утверждаю:
И.П. Яркова Н.В.



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

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 4 сентября 2023 г.

Горячий завтрак 1 смена

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша пшенная вязкая на молоке с маслом сливочным	200.5	26-24	8,32	12,78	37,08	284,44	№302-2004
Кофейный напиток с молоком	200	16-34	2,67	4,2	23,63	123,49	№692-2004
Хлеб ржаной с сыром	25.20	18-95	7,01	5,76	9,62	129	
Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке	95	25-35	0,4	-	9,8	95	
Ватрушка с повидлом	70	20-82	1,2	4,8	21,1	132,0	
Итого :		107-70	19,6	27,54	101,23	763,93	

Горячий завтрак 2 смена

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	47.60	66-55	19,44	21,41	10,06	291,34	№ 437-2004
Макароны отварные	180	13-57	6,82	5,39	43,91	255,21	№ 516-2004
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	2-84	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	29,14	27,07	100,9	743,34	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свежих помидор	60	8-02	0,1	7,1	4,2	61,45	№ 17-2013
Суп гороховый с говядиной	14/250	27-37	1,3	7,7	20,38	183,6	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом	90/30	52-91	11,13	19,33	13,66	262,96	№462-2004 №587-2004
Пюре картофельное	150	19-68	3,07	4,89	21,9	150,06	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Сок в индивидуальной упаковке	200	22-75	0,4	0,0	22,0	90,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-68	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого за прием		138-40	20,76	39,56	121,98	922,66	

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

ИП Яркова Н.В.



Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М

Меню

Столовая школы № 9

на 5 сентября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из говядины	51.150	80-12	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	2-84	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 из свежих огурцов	60	8-95	0,1	7,1	4,2	61,45	№ 17-2013
Щи с говядиной со сметаной	15/250/10	34-08	5,79	7,77	11,21	138,31	№ 124-2004
Котлеты мясные с соусом	90.30	60-05	23,48	10,02	7,5	172,41	№451-2004 №578-2004
Макароны отварные	150	11-33	5,68	4,49	36,59	212,67	№ 516-2004
Какао на молоке	200	18-31	2,67	4,2	23,69	123,49	№693-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-68	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого за прием		138-40	42,28	34,12	113,0	843,93	

Зав. производством:

Бакиева Е.С.

Калькулятор:

Маклакова О.М.

Соц. педагог:

Русанова Н.М.

Мед. работник:

Мамедова Д.В.

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



Согласовано:

для Директор МАОУ СОШ № 9
документов
Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 6 сентября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Запеканка «Царская» с молоком сгущенным	150.20	75-07	19,38	12	23,22	281,65	10/5-2011
Чай с сахаром	200	1-99	0,3	-	15,2	60	№686-2004
Сдоба Выборгская с повидлом	140	30-64	6,18	2,52	32,4	169,2	
Итого :		107-70	25,86	14,52	70,82	510,85	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептур
Салат из свеклы с сыром	60	16-49	0,2	1,42	0,82	61,45	№ 17-2013
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	10/250/10	33-49	6,39	7,07	21,01	152,23	№ 132-2004
Курица (бедро) запеченная с соус	90.30	60-66	16,2	15,1	16,85	252,29	№ 494-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	14-36	8,44	10,82	42,28	290,05	№508-2004
Компот из вишни	200	7-72	0,2	-	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-68	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого за прием		138-40	35,99	34,95	132,2	975,22	

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



Согласовано
Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9.

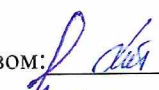
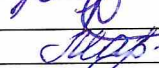
на 7 сентября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Огурцы свежие	63	7-57	0,3	0,05	0,8	4,6	№70-2013
Котлеты мясные с соусом	100.30	66-03	29,35	12,53	9,38	215,51	№451-2004 №578-2004
Картофельное пюре	180	23-54	3,68	5,87	26,28	180,07	№520-2004
Компот из вишни	200	7-72	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-84	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	35,81	18,72	72,79	551,58	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Артамоша»	60	17-61	0,1	7,1	4,2	61,45	ТТК
Борщ с говядиной и сметаной	12/250/10	31-30	5,39	7,77	14,01	179,23	№ 110-2004
Плов из говядины	200	78-70	15,06	19,43	45,19	405,79	№370-2013
Чай с сахаром с лимоном	200.15.7	4-95	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-84	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого за прием		138-40	25,41	34,84	108,42	842,07	

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

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



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

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9

на 8 сентября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Говядина тушеная	40.60	59-41	19,44	21,41	10,06	291,34	№433-2004
Каша гречневая рассыпчатая	180	17-24	10,13	12,98	50,74	348,06	№508-2004
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Яблоко	150	26-22	0,6	0,0	12,9	66,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-84	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	32,65	34,66	98,63	812,19	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с маслом растит	60	5-48	0,05	3,55	2,1	43	№ 17-2013
Рассольник домашний с говядиной со сметаной	10/250/10	35-23	5,59	7,07	13,61	138,31	№ 131-2004
Биточки мясные с соусом	90.30	60-05	23,48	10,02	7,5	172,41	№451-2004 №578-2004
Рис отварной	150	19-82	3,88	5,17	40,42	227	№ 511-2004
Компот ягодный	200	11-98	0,2	-	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-84	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого за прием		138-40	37,76	26,35	114,87	799,92	

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

с 4 по 8 сентября 2023 г.

Экспресс завтрак

4.09.2023

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

5.09.2023

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Шаньга картофельная	100	32-38	5,2	12,2	22,71	216,8
Компот из вишни	200	7-72	0,2	-	21,42	83,6
Итого:		40-10	5,4	12,2	44,13	300,4

6.09.2023

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с сахаром	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

7.09.2023

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

8.09.2023

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: Галактионова Ю.В.