



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 16 декабря 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша «Дружба»	200.10	39-11	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	20/25	21-54	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 завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	100	70-38	15,29	11,09	3,61	189,69	№437-2004
Макароны отварные	150	12-29	5,15	4,13	36,64	200,8	№516-2004
Чай с сахаром	200	2-09	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,5	50,75	
Сок	125	19-66	-	-	14,38	57,5	
Итого :		107-70	22,67	15,52	75,15	537,73	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с маслом растит	100	8-87	0,82	5,0	5,0	67,5	
Суп гороховый с мясом	15/250	30-76	9,18	7,84	22,3	196,92	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом	100/30	64-63	12,86	22,62	14,93	301,13	№462-2004 №587-2004
Картофельное пюре	180	25-50	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-09	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	32,17	41,3	109,31	928,91	

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 17 декабря 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Куриное бедро запеченное	90,30	81-03	16,2	15,1	16,85	252,29	№ 494-2004
Картофельное пюре	150	21-30	5,06	5,24	36,06	222,87	№259-2004
Чай с сахаром	200	2-09	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	23,49	20,64	63,23	564,9	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему	200	79-72	17,56	21,55	22,34	348,78	№436-2004
Чай с лимоном	200.15.7	5-32	0,3	-	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб ржаной	25	3-00	2,75	0,5	16,04	95,0	
Сок	125	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 «Веселая мазайка»	100	13-97	0,75	9,06	4,66	103,32	№ 25-2004
Рассольник ленинградский с мясом и сметаной	10/250/10	33-90	8,78	8,74	20,1	185,52	№ 132-2004
Гуляш из говядины	100	60-09	15,29	11,09	3,61	189,69	№ 437-2004
Каша гречневая рассыпчатая	180	15-18	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Компот из свежемороженых ягод	200	8-71	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	37,85	35,4	115,79	936,69	

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

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



СОШ № 9
Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 18 декабря 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из мяса	200	82-67	15,06	19,43	45,19	405,79	№370-2013
Чай с сахаром	200	2-09	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	

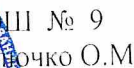
Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша «Дружба»	200.10	39-11	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	20/25	21-54	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 свекольный с огурцом свежим	100	13-84	1,11	3,13	8,94	59,45	
Щи с мясом со сметаной	10/250/9	28-02	7,7	8,54	10,0	138,52	№ 124-2004
Биточки мясные с соусом	90,30	66-22	14,6	17,78	10,39	251,52	№451-2004 №578-2004
Макароны отварные	180	14-72	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 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	33,41	34,18	116,93	871,79	

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



М е н ю

на 19 декабря 2024 г.

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Тефтели 2 вариант с соусом	90/30	54-48	12,86	22,62	14,93	301,13	№462-2004 №587-2004
Макароны отварные	150	12-29	5,15	4,13	36,64	200,8	№516-2004
Компот из шиповника	200	9-05	0,8	-	29,96	120,0	№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	21,24	27,05	1101,83,83	767,68	

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Куриное бедро запеченное	90,30	81-03	16,2	15,1	16,85	272,29	№ 494-2004
Картофельное пюре	150	21-30	5,06	5,24	43,06	222,87	№259-2004
Чай с сахаром	200	2-09	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	23,49	20,64	80,43	584,9	

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из моркови	100	10-30	3,85	8,27	3,91	105,78	№ 50-2004
Борщ с мясом и сметаной	11/250/10	31-03	7,78	9,44	13,42	156,52	№ 110-2004
Плов из мяса	200	85-20	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Чай с лимоном	200.15.7	5-32	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	28,48	32,01	90,03	743,1	

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

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



№ 9
О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 20 декабря 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему	200	79-72	17,56	21,55	22,34	348,78	№436-2004
Чай с лимоном	200.15.7	5-32	0,3	-	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб ржаной	50	3-00	2,75	0,5	16,04	95,0	
Сок	125	19-66	-	-	14,38	57,5	
Итого :		107-70	20,61	22,05	67,96	561,28	

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	53-87	21,4	14,5	4,3	233,2	№ 341-2013
Картофельное пюре	150	21-30	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-09	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,5	50,75	
Выпечка	50	27-16	5,15	2,1	27,0	141,0	
Итого :		107-70	33,84	22,14	87,88	686,81	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с маслом растит	100	8-87	0,46	3,0	1,48	34,38	№ 17-2013
Рассольник домашний с мясом и сметаной	10/250/5	33-91	7,98	8,74	13,02	150,52	№ 131-2004
Биточки мясные с соусом	72,30	53-32	14,6	17,78	10,39	251,66	№451-2004 №578-2004
Рис отварной	180	27-04	4,28	5,1	40,42	227,15	№ 511-2004
Компот из свежемороженых ягод	200	8-71	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	31,57	35,22	107,73	848,81	

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