

Утверждаю:  
ИП. Яркова Н.В.



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



## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 2 марта 2026 г.

### Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет





Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	130	87-21	7	9	5	172	№437-2004
Макаронные изделия отварные	150	14-56	5	6	35	221	№516-2004
Чай с сахаром	200	2-06	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
<b>Итого :</b>	<b>505</b>	<b>107-70</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>61</b>	<b>483</b>	

### Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша жидкая пшеничная	205	36-97	4	4	19	221	№311-2004
Кофейный напиток	200	23-50	5	8	22	151	№692-2004
Бутерброд с сыром	45	14-27	6	3	9	157	№3-2004
Кисломолочный продукт	95	32-96	-	-	10	95	
<b>Итого :</b>	<b>545</b>	<b>107-70</b>	<b>15</b>	<b>15</b>	<b>60</b>	<b>624</b>	

### Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	18-83	2	3	3	57	№37-2004
Суп картофельный с бобовыми	260	21-39	9	6	22	185	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом	120	59-39	6	8	22	162	№462-2004 №528-1996
Пюре картофельное	150	29-00	3	7	21	164	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-06	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	50	7-73	4	-	22	102	
<b>Итого за прием</b>	<b>880</b>	<b>138-40</b>	<b>24</b>	<b>24</b>	<b>100</b>	<b>709</b>	

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:

Директор МАОУ СОШ № 9

Для Ключко О.М.



## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 4 марта 2026 г.

### Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	205	54-26	12	15	26	291	№340-2004
Какао с молоком	200	26-36	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	0	11	51	
Сок	125	23-21	0	0	14	56	
<b>Итого :</b>	<b>555</b>	<b>107-70</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>84</b>	<b>588</b>	

### Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	130	87-21	17	9	5	172	№437-2004
Макаронные изделия отварные	150	14-56	5	6	35	221	№516-2004
Чай с сахаром	200	2-06	0	0	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	0	11	51	
<b>Итого :</b>	<b>505</b>	<b>107-70</b>	<b>24</b>	<b>15</b>	<b>61</b>	<b>483</b>	

### Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	6-71	1	2	2	34	№37-2004
Рассольник ленинградский	270	35-08	6	7	20	174	№ 132-2004
Бедро куриное запеченное	130	68-39	8	11	13	169	№ 494-2004 №528-1996
Каша рассыпчатая гречневая	150	14-98	9	8	43	279	№508-2004
Компот из ягод	200	9-37	1	0	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	0	11	51	
<b>Итого за прием</b>	<b>835</b>	<b>138-40</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>117</b>	<b>823</b>	

Зав. производством:  Антипова Е.Ю.

Калькулятор: \_\_\_\_\_ Маклакова О.М.

Соц. педагог:  Русанова Н.М.

Мед. работник:  Преснякова О.А.



Утверждено:

ИП Яркова И.В.

Наталия

Яковлевна

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9

ДКлючко С.М.

## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 6 марта 2026 г.

### Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Мясо тушенное	100	78-29	6	11	3	132	№433-2004
Каша рассыпчатая гречневая	150	14-98	9	8	43	279	№508-2004
Чай с лимоном	207	6-70	0	0	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	50	7-73	4	1	22	102	
<b>Итого:</b>	<b>507</b>	<b>107-70</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>83</b>	<b>573</b>	

### 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	53-66	21	15	4	233	№341-2013
Пюре картофельное	150	29-00	3	7	22	164	№520-2004
Чай с сахаром	200	2-06	0	0	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	0	11	51	
Сдоба выборгская	50	19-11	3	3	28	154	
<b>Итого :</b>	<b>515</b>	<b>107-70</b>	<b>29</b>	<b>25</b>	<b>75</b>	<b>641</b>	

### Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	6-71	1	2	2	34	№37-2004
Рассольник домашний	270	37-57	6	7	13	139	№ 131-2004
Биточки с соусом	120	56-62	11	11	25	206	№451-2004 №528-1996
Рис отварной	150	24-26	4	6	31	225	№ 511-2004
Компот из ягод	200	9-37	1	0	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	0	11	51	
<b>Итого за прием</b>	<b>825</b>	<b>138-40</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>110</b>	<b>771</b>	

Зав. производством: Антипова Е.Ю.

Калькулятор: Маклакова О.М.

Соц. педагог: Русанова Н.М.

Мед. работник: Преснякова О.А.