



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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

на 7 ноября 2023 г.

Столовая школы № 9

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из птицы	51.150	79-95	15,06	19,43	45,19	405,79	№492-2004
Чай с сахаром	200	2-02	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	2-98	2,28	0,27	14,91	67,8	
Яблоко	300	50-60	1,2	0,0	25,0	120,0	
Мандарины	260	87-88	2,1	0,5	19,5	98,8	
Йогурт питьевой	290	76-70	8,1	5,8	34,5	223,3	
Коктейль молочный	200	49-40	5,8	8,6	25,0	193,2	
Кондитерское изделие (пирожное)	30	35-42	1,7	6,0	17,1	132,0	
Итого :		407-70	36,84	40,6	213,22	1369,88	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свежих огурцов	60	12-68	0,1	7,1	4,2	61,45	№ 17-2013
Щи с говядиной со сметаной	11/250/10	26-23	5,79	7,77	11,21	138,31	№ 124-2004
Котлеты мясные с соусом	90.30	63-48	23,48	10,02	7,5	172,41	№451-2004 №578-2004
Макароны отварные	150	11-70	5,68	4,49	36,59	212,67	№ 516-2004
Какао на молоке	200	18-35	2,67	4,2	23,69	123,49	№693-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого за прием		138-40	42,28	34,12	113,0	843,93	

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

на 8 ноября 2023 г.

Столовая школы № 9

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Запеканка «Царская» с молоком сгущенным	150.20	77-85	19,38	12	23,22	281,65	10/5-2011
Чай с сахаром	200	2-02	0,3	0,0	15,2	60	№686-2004
Сдоба Выборгская с повидлом	130	27-83	6,18	2,52	32,4	169,2	
Апельсин	250	78-00	2,3	0,5	20,3	107,5	
Груша	200	62-56	0,9	0,7	23,7	108,1	
Сок в индивидуальной упаковке	500	76-24	1,0	0,0	0,55	225,0	
Пюре фруктовое	90	52-00	0,0	0,0	9,0	36,0	
Кондитерское изделие (Тими)	30	31-20	1,7	6,0	17,1	132,0	
Итого :		407-70	31,76	21,72	141,47	1119,45	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с м /растит	60	4-37	0,1	7,1	4,2	61,45	ТТК
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	10/250/10	31-12	6,39	7,07	21,01	152,23	№ 132-2004
Курица (бедро) запеченная	87	71-41	16,2	15,1	16,85	252,29	№ 494-2004
Картофельное пюре	150	17-60	3,07	4,89	21,9	150,06	№520-2004
Компот из вишни	200	7-94	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого за прием		138-40	30,52	34,7	115,2	835,23	

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

на 9 ноября 2023 г.

Столовая школы № 9

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Помидоры свежие	60	15-70	0,7	0,08	2,3	12,2	№ 106-2013
Котлеты мясные с соусом	90.30	63-48	23,48	10,02	7,5	172,41	№451-2004 №578-2004
Картофельное пюре	150	17-60	3,07	4,89	21,9	150,06	№520-2004
Компот из вишни	200	7-94	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,28	0,27	14,91	67,8	
Яблоко	300	50-60	1,2	0,0	25,0	120,0	
Мандарины	260	87-88	2,1	0,5	19,5	98,8	
Йогурт питьевой	290	76-70	8,1	5,8	34,5	223,3	
Коктейль молочный	200	49-40	5,8	8,6	25,0	193,2	
Кондитерское изделие (пирожное)	30	35-42	1,7	6,0	17,1	132,0	
Итого :		407-70	48,63	36,16	189,13	1253,37	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Артамоша»	60	17-78	0,1	7,1	4,2	61,45	ТТК
Борщ с говядиной и сметаной	12/250/10	30-09	5,39	7,77	14,01	179,23	№ 110-2004
Плов из говядины	200	78-95	15,06	19,43	45,19	405,79	№370-2013
Чай с сахаром с лимоном	200.15.7	5-62	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого за прием		138-40	25,41	34,84	108,42	842,07	

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

на 10 ноября 2023 г.

Столовая школы № 9

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Говядина тушеная	42.60	62-79	19,44	21,41	10,06	291,34	№433-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	14-56	8,44	10,82	42,28	290,05	№508-2004
Чай с сахаром	200	2-02	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Яблоко	150	25-35	0,6	0,0	12,9	66,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,28	0,27	14,91	67,8	
Апельсин	250	78-00	2,3	0,5	20,3	107,5	
Йогурт Талицкий	130	62-56	16,9	5,2	17,4	184,6	
Сок в индивидуальной упаковке	500	76-24	1,0	0,0	0,55	225,0	
Пюре фруктовое	90	52-00	0,0	0,0	9,0	36,0	
Кондитерское изделие (Тими)	30	31-20	1,7	6,0	17,1	132,0	
Итого :		407-70	52,86	44,2	154,52	1439,28	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Веселая мазайка»	60	5-74	0,05	3,55	2,1	43	ТТК
Рассольник домашний с говядиной со сметаной	12/250/10	34-62	5,59	7,07	13,61	138,31	№ 131-2004
Биточки мясные с соусом	90.30	63-48	23,48	10,02	7,5	172,41	№451-2004 №578-2004
Рис отварной	150	20-66	3,88	5,17	40,42	227	№ 511-2004
Компот из вишни	200	7-94	0,2	-	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого за прием		138-40	37,76	26,35	114,87	799,92	

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