

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 20 декабря 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из говядины	51/150	79-97	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Сок в индивидуальной упаковке	200	22-75	0,4	0,0	23,0	92,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Яблоко	175	29-70	0,6	0,0	16,3	76,0	
Йогурт питьевой	290	78-00	8,1	5,8	34,5	223,3	
Кондитерское изделие	30	32-30	1,7	6,0	17,1	132,0	
Итого :		247-70	15,13	14,0	80,02	501,04	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Степной»	60	10-62	1,11	3,13	8,94	59,45	
Щи с говядиной со сметаной	12/250/10	28-21	7,7	8,54	10,0	138,52	№ 124-2004
Биточки мясные рубленые с соусом томатным	90.30	63-59	14,6	17,78	10,39	251,52	№451-2004 №578-2004
Макароны отварные	150	11-70	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Компот из шиповника	200	18-32	0,8	0,0	29,96	120,0	№705-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	33,41	34,18	116,93	871,79	

Зав. производством: Бакиева Е.С.

Калькулятор: Маклакова О.М.

Соц. педагог: Русанова Н.М.

Мед. работник: Галактионова Ю.В.

Утверждено:
ИП Яркова Н.В.



Согласовано:

И.О. Директора MAOY COII № 9
Митрощенкова Н.Н.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 21 декабря 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Тефтели мясные с соусом томатным	80/30	50-24	12,86	22,62	14,93	301,13	№462-2004 №587-2004
Макароны отварные	180	14-01	6,18	4,96	43,97	240,96	№516-2004
Компот из шиповника	200	13-82	0,8	0,0	29,96	120,0	№705-2004
Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке	95	26-65	0,4	1,5	9,8	95	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Сок в индивидуальной упаковке	500	76-70	1,0	0,0	0,55	225,0	
Груша	190	63-30	0,6	0,0	17,2	76,0	
Итого :		247-70	22,27	29,38	109,16	807,84	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с сыром	60	17-57	3,85	8,27	3,91	105,78	№ 70-2013
Борщ с говядиной и сметаной	13/250/10	30-75	7,78	9,44	13,42	156,52	№ 110-2004
Плов из говядины	200	78-91	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Чай с сахаром с лимоном	200.15.7	5-21	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	28,48	32,01	90,03	743,1	

Зав. производством: _____ Бакиева Е.С.

Калькулятор: _____ Маклакова О.М.

Соц. педагог: _____ Русанова Н.М.

Мед. работник: _____ Галактионова Ю.В.



Согласовано:

И.О. Директора MAOU СОШ № 9

Митрощенкова Н.Н.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

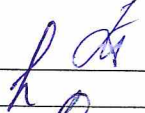
на 22 декабря 2023 г.

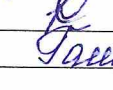
Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему из говядины	200	77-53	17,56	21,55	22,34	348,78	№ 436-2004
Чай с сахаром с лимоном	200.7	5-21	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Сок в индивидуальной упаковке	125	19-50	0,2	0,0	14,38	57,5	
Хлеб «Славянский» ржаной	50	5-46	2,75	0,5	16,04	95,0	
Мандарин	120	40-00	1,0	0,3	9,8	49,4	
Печенье «Двойная радость»	50	50-00	2,50	11,00	31,5	235,0	
Коктейль молочный	200	50-00	5,8	8,6	25,0	193,2	
Итого :		247-70	20,81	22,05	67,96	561,28	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат »Веселая мазайка»	60	6-51	0,46	3,0	1,48	34,38	№ 17-2013
Рассольник домашний с говядиной со сметаной	10/250/10	32-36	7,98	8,74	13,02	150,52	№ 131-2004
Биточки мясные рубленые с соусом томатным	90.30	63-59	14,6	17,78	10,39	251,66	№451-2004 №578-2004
Рис отварной	150	20-66	4,28	5,1	40,42	227,15	№ 511-2004
Компот из вишни	200	9-32	0,2	-	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	31,57	35,22	107,73	848,81	

Зав. производством:  Бакиева Е.С.

Калькулятор:  Маклакова О.М.

Соц. педагог:  Русанова Н.М.

Мед. работник:  Галактионова Ю.В.

Утверждаю:

ИП Яковлева И.В.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

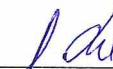
Столовая школы № 9

на 20 декабря 2023 г.

Экспресс завтрак

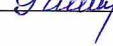
20.12.2023

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал	№ рецептуры
Плов из говядины	51/150	79-97	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Сок в индивидуальной упаковке	200	22-75	0,4	0,0	23,0	92,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Кондитерское изделие	30	32-30	1,7	6,0	17,1	132,0	
Мандарин	120	40-10	1,0	0,2	9,0	45,6	
Итого :		180-10	17,83	20,2	106,12	678,64	

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:

И.О. Директора МАОУ СОШ № 9
Митрощенкова Н.Н.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 21, 22 декабря 2023 г.

Экспресс завтрак

21.12.2023

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Тефтели мясные с соусом томатным	80/30	50-24	12,86	22,62	14,93	301,13	№462-2004
Макароны отварные	180	14-01	6,18	4,96	43,97	240,96	№587-2004
Компот из шиповника	200	13-82	0,8	0,0	29,96	120,0	№516-2004
Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке	95	26-65	0,4	1,5	9,8	95	№705-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Кондитерское изделие	30	32-30	1,7	6,0	17,1	132,0	
Мандарин	120	40-10	1,0	0,2	9,0	45,6	
Итого :		180-10	24,97	35,58	135,26	985,44	

22.12.2023

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Помидоры свежие (подгарнировка)	39	12-80	0,4	0,1	1,5	7,9	№106-2013
Жаркое по-домашнему из говядины	200	77-53	17,56	21,55	22,34	348,78	№ 436-2004
Чай с сахаром с лимоном	200,7	5-21	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Сок в индивидуальной упаковке	2/125	39-00	0,2	0,0	14,38	57,5	
Хлеб «Славянский» ржаной	50	5-46	2,75	0,5	16,04	95,0	
Кондитерское изделие (Чоко пай)	56	40-10	2,2	10,2	37,1	249,2	
Итого :		180-10	23,41	32,35	106,56	818,38	

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