



## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 2 февраля 2026 г.

### Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

| Наименование блюда          | Выход, гр | Цена   | Белки | Жиры | Углев | ЭЦ, ккал | № рецептур |
|-----------------------------|-----------|--------|-------|------|-------|----------|------------|
| Гуляш                       | 130       | 87-20  | 17    | 9    | 5     | 172      | № 437-2004 |
| Макаронные изделия отварные | 180       | 14-62  | 6     | 7    | 39    | 246      | № 516-2004 |
| Чай с сахаром               | 200       | 2-01   | -     | -    | 10    | 39       | №685-2004  |
| Хлеб пшеничный              | 25        | 3-87   | 2     | -    | 11    | 51       |            |
| Итого :                     |           | 107-70 | 25    | 16   | 65    | 508      |            |

### Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

| Наименование блюда    | Выход, г | Цена   | белки | Жиры | Углев | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|-----------------------|----------|--------|-------|------|-------|----------|-------------|
| Каша жидкая пшенная   | 205      | 32-89  | 4     | 5    | 19    | 221      | №311-2004   |
| Кофейный напиток      | 200      | 21-54  | 5     | 8    | 22    | 151      | №692- 2004  |
| Бутерброд с сыром     | 50       | 20-31  | 8     | 11   | 10    | 174      | №3-2004     |
| Кисломолочный продукт | 95       | 32-96  | -     | -    | 10    | 95       |             |
| Итого :               |          | 107-70 | 17    | 24   | 61    | 641      |             |

### Горячий обед

| Наименование блюда          | Выход, г | Цена   | белки | Жиры | Углев. | ЭЦ, ккал | № рецептуры            |
|-----------------------------|----------|--------|-------|------|--------|----------|------------------------|
| Салат из сырых овощей       | 100      | 21-93  | 2     | 3    | 3      | 57       | №37-2004               |
| Суп картофельный с бобовыми | 260      | 22-90  | 9     | 6    | 22     | 185      | № 139-2004             |
| Тефтели 2 вариант с соусом  | 120      | 60-42  | 9     | 9    | 10     | 162      | №462-2004<br>№528-1996 |
| Пюре картофельное           | 150      | 23-41  | 3     | 7    | 22     | 164      | № 520-2004             |
| Чай с сахаром               | 200      | 2-01   | -     | -    | 10     | 39       | №685-2004              |
| Хлеб пшеничный              | 50       | 7-73   | 4     | -    | 22     | 102      |                        |
| Итого за прием              |          | 138-40 | 27    | 25   | 89     | 709      |                        |

Зав. производством:

Бакиева Е.С.

Калькулятор:

Маклакова О.М.

Соц. педагог:

Русанова Н.М

Мед. работник:

Петухова А.К.



**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**  
**М е н ю**

Столовая школы № 9

на 3 февраля 2026 г.

**Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше**

| Наименование блюда          | Выход, гр | Цена          | Белки     | Жиры      | Углев     | ЭЦ, ккал   | № рецептуры |
|-----------------------------|-----------|---------------|-----------|-----------|-----------|------------|-------------|
| Плов из птицы               | 250       | 90-94         | 19        | 19        | 34        | 385        | №492-2004   |
| Напиток из плодов шиповника | 200       | 9-03          | -         | -         | 24        | 94         | №705-2004   |
| Хлеб пшеничный              | 50        | 7-73          | 4         | -         | 22        | 102        |             |
| <b>Итого :</b>              |           | <b>107-70</b> | <b>23</b> | <b>19</b> | <b>80</b> | <b>581</b> |             |

**Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше**

| Наименование блюда | Выход, гр | Цена          | Белки     | Жиры      | Углев     | ЭЦ, ккал   | № рецептуры |
|--------------------|-----------|---------------|-----------|-----------|-----------|------------|-------------|
| Омлет натуральный  | 205       | 56-27         | 20        | 33        | 4         | 398        | №340-2004   |
| Какао с молоком    | 200       | 24-35         | 5         | 5         | 33        | 190        | №693-2004   |
| Хлеб пшеничный     | 25        | 3-87          | 2         | -         | 11        | 51         |             |
| сок                | 125       | 23-21         | -         | -         | 14        | 56         |             |
| <b>Итого :</b>     |           | <b>107-70</b> | <b>27</b> | <b>38</b> | <b>62</b> | <b>695</b> |             |

**Горячий обед**

| Наименование блюда                | Выход, г | Цена          | белки     | Жиры      | Углев.     | ЭЦ, ккал   | № рецептуры            |
|-----------------------------------|----------|---------------|-----------|-----------|------------|------------|------------------------|
| Салат из сырых овощей             | 60       | 6-05          | 1         | 2         | 2          | 34         | №37-2004               |
| Щи из свежей капусты с картофелем | 270      | 26-42         | 5         | 7         | 10         | 127        | № 124-2004             |
| Котлеты с соусом                  | 120      | 65-50         | 5         | 5         | 34         | 206        | №451-2004<br>№528-1996 |
| Макароны изделия отварные         | 150      | 12-21         | 5         | 6         | 35         | 221        | № 516-2004             |
| Какао с молоком                   | 200      | 24-35         | 5         | 5         | 33         | 190        | №693-2004              |
| Хлеб пшеничный                    | 25       | 3-87          | 2         |           | 11         | 51         |                        |
| <b>Итого за прием</b>             |          | <b>138-40</b> | <b>23</b> | <b>25</b> | <b>125</b> | <b>829</b> |                        |

Зав. производством:

Бакиева Е.С.

Калькулятор:

Маклакова О.М.

Соц. педагог:

Русанова Н.М.

Мед.работник:

Петухова А.К.



## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 4 февраля 2026 г.

### Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

| Наименование блюда | Выход, гр | Цена   | Белки | Жиры | Углев | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|--------------------|-----------|--------|-------|------|-------|----------|-------------|
| Омлет натуральный  | 205       | 56-27  | 20    | 33   | 4     | 398      | №340-2004   |
| Какао с молоком    | 200       | 24-35  | 5     | 5    | 33    | 190      | №693-2004   |
| Хлеб пшеничный     | 25        | 3-87   | 2     | -    | 11    | 51       |             |
| сок                | 125       | 23-21  | -     | -    | 14    | 56       |             |
| Итого :            |           | 107-70 | 27    | 38   | 62    | 695      |             |

### Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

| Наименование блюда          | Выход, гр | Цена   | Белки | Жиры | Углев | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|-----------------------------|-----------|--------|-------|------|-------|----------|-------------|
| Гуляш                       | 130       | 87-20  | 17    | 9    | 5     | 172      | № 437-2004  |
| Макаронные изделия отварные | 180       | 14-62  | 6     | 7    | 39    | 246      | № 516-2004  |
| Чай с сахаром               | 200       | 2-01   | -     | -    | 10    | 39       | №685-2004   |
| Хлеб пшеничный              | 25        | 3-87   | 2     | -    | 11    | 51       |             |
| Итого :                     |           | 107-70 | 25    | 16   | 65    | 508      |             |

### Горячий обед

| Наименование блюда         | Выход, г | Цена   | белки | Жиры | Углев | ЭЦ, ккал | № рецептуры             |
|----------------------------|----------|--------|-------|------|-------|----------|-------------------------|
| Салат из сырых овощей      | 60       | 8-19   | 1     | 2    | 2     | 34       | №37-2004                |
| Рассольник ленинградский   | 270      | 34-34  | 6     | 7    | 20    | 174      | № 132-2004              |
| Бедро куриное запеченное   | 130      | 69-88  | 8     | 11   | 1     | 169      | № 494-2004<br>№528-1996 |
| Каша рассыпчатая гречневая | 150      | 12-83  | 9     | 8    | 43    | 279      | №508-2004               |
| Компот из ягод             | 200      | 9-29   | 1     | -    | 28    | 116      | №511-2013               |
| Хлеб пшеничный             | 25       | 3-87   | 2     | -    | 11    | 51       |                         |
| Итого за прием             |          | 138-40 | 27    | 28   | 105   | 823      |                         |

Зав. производством:  Бакиева Е.С.  
Калькулятор:  Маклакова О.М.  
Соц. педагог:  Русанова Н.М.  
Мед. работник:  Петухова А.К.



Столовая школы № 9

на 5 февраля 2026 г.

| Наименование блюда | Выход,гр | Цена          | белки | жиры | углеводы | ЭЦ,ккал | № рецептуры            |
|--------------------|----------|---------------|-------|------|----------|---------|------------------------|
| Котлеты с соусом   | 130      | 51-44         | 5     | 5    | 37       | 223     | №451-2004<br>№528-1996 |
| Пюре картофельное  | 180      | 28-03         | 4     | 8    | 26       | 197     | №520-2004              |
| Компот из ягод     | 200      | 9-29          | 1     | -    | 28       | 116     | №511-2013              |
| Бутерброд с сыром  | 45       | 18-94         | 7     | 10   | 9        | 157     | №3-2004                |
| <b>Итого :</b>     |          | <b>107-70</b> | 17    | 23   | 100      | 693     |                        |

| Наименование блюда    | Выход, г | Цена          | белки | Жиры | Углев. | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|-----------------------|----------|---------------|-------|------|--------|----------|-------------|
| Каша жидкая пшенная   | 205      | 32-89         | 4     | 5    | 19     | 221      | №311-2004   |
| Кофейный напиток      | 200      | 21-54         | 5     | 8    | 22     | 151      | №692- 2004  |
| Бутерброд с сыром     | 50       | 20-31         | 8     | 11   | 10     | 174      | №3-2004     |
| Кисломолочный продукт | 95       | 32-96         | -     | -    | 10     | 95       |             |
| <b>Итого :</b>        |          | <b>107-70</b> | 17    | 24   | 61     | 641      |             |

| Наименование блюда           | Выход, г | Цена          | белки | Жиры | Углев | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|------------------------------|----------|---------------|-------|------|-------|----------|-------------|
| Салат из сырых овощей        | 100      | 30-02         | 2     | 3    | 3     | 57       | № 37-2004   |
| Борщ с капустой и картофелем | 270      | 33-63         | 5     | 8    | 13    | 145      | №110-2004   |
| Плов                         | 200      | 60-40         | 12    | 13   | 47    | 350      | №443-2004   |
| Чай с лимоном                | 207      | 6-62          | -     | -    | 15    | 60       | №686-2004   |
| Хлеб пшеничный               | 50       | 7-73          | 4     | -    | 22    | 102      |             |
| <b>Итого за прием</b>        |          | <b>138-40</b> | 23    | 24   | 100   | 714      |             |

Зав. производством: Бакиева Е.С.  
 Калькулятор: Маклакова О.М.  
 Соц. педагог: Русанова Н.М.  
 Мед. работник: Петухова А.К.



## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 6 февраля 2026 г.

### Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

| Наименование блюда         | Выход, гр | Цена          | Белки     | Жиры      | Углев.     | ЭЦ, ккал   | № рецептуры |
|----------------------------|-----------|---------------|-----------|-----------|------------|------------|-------------|
| Мясо тушенное              | 100       | 72-25         | 15        | 6         | 4          | 132        | №433-2004   |
| Каша рассыпчатая гречневая | 180       | 15-40         | 11        | 10        | 52         | 335        | №508-2004   |
| Чай с лимоном              | 207       | 6-62          | -         | -         | 15         | 60         | №686-2004   |
| Хлеб пшеничный             | 25        | 3-87          | 2         | -         | 11         | 51         |             |
| Кондитерское изделие       | 40        | 9-56          | 1         | 6         | 31         | 184        |             |
| <b>Итого :</b>             |           | <b>107-70</b> | <b>29</b> | <b>22</b> | <b>113</b> | <b>762</b> |             |

### Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

| Наименование блюда                  | Выход, г | Цена          | белки     | Жиры      | Углев     | ЭЦ, ккал   | № рецептуры |
|-------------------------------------|----------|---------------|-----------|-----------|-----------|------------|-------------|
| Рыба запеченная со сметаной и сыром | 100      | 54-68         | 23        | 17        | 4         | 259        | № 341-2013  |
| Пюре картофельное                   | 180      | 28-03         | 4         | 8         | 26        | 197        | № 520-2004  |
| Чай с сахаром                       | 200      | 2-01          | -         | -         | 10        | 39         | №685-2004   |
| Хлеб пшеничный                      | 25       | 3-87          | 2         | -         | 11        | 51         |             |
| Сдоба Выборгская                    | 50       | 19-11         | 3         | 3         | 28        | 154        |             |
| <b>Итого :</b>                      |          | <b>107-70</b> | <b>32</b> | <b>28</b> | <b>79</b> | <b>700</b> |             |

### Горячий обед

| Наименование блюда    | Выход, г | Цена          | белки     | Жиры      | Углев      | ЭЦ, ккал   | № рецептуры            |
|-----------------------|----------|---------------|-----------|-----------|------------|------------|------------------------|
| Салат из сырых овощей | 60       | 6-05          | 1         | 2         | 2          | 34         | №37-2004               |
| Рассольник домашний   | 270      | 36-15         | 6         | 7         | 13         | 139        | № 131-2004             |
| Биточки с соусом      | 120      | 63-08         | 5         | 5         | 34         | 206        | №451-2004<br>№528-1996 |
| Рис отварной          | 150      | 19-96         | 4         | 6         | 39         | 225        | № 511-2004             |
| Компот из ягод        | 200      | 9-29          | 1         | -         | 28         | 116        | №511-2013              |
| Хлеб пшеничный        | 25       | 3-87          | 2         | -         | 11         | 51         |                        |
| <b>Итого за прием</b> |          | <b>138-40</b> | <b>19</b> | <b>20</b> | <b>127</b> | <b>771</b> |                        |

Зав. производством:  Бакиева Е.С.  
Калькулятор:  Маклакова О.М.  
Соц. педагог:  Русанова Н.М.  
Мед. работник:  Петухова А.К.



## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

со 2 по 6 февраля 2026 г.

### Экспресс завтрак

2.02.2026

| Наименование блюда          | Выход,гр | Цена  | Белки | Жиры | Углев | Ккал   |
|-----------------------------|----------|-------|-------|------|-------|--------|
| Сдоба Выборгская с повидлом | 95       | 38-09 | 4,1   | 3,2  | 40,0  | 204,6  |
| Чай с сахаром               | 200      | 2-01  | 0,2   | 0,0  | 10,02 | 38,99  |
| Итого:                      |          | 40-10 | 4,3   | 3,2  | 50,02 | 243,59 |

3.02.2026

| Наименование блюда            | Выход,гр | Цена  | Белки | Жиры | Углев | Ккал   |
|-------------------------------|----------|-------|-------|------|-------|--------|
| Сдоба Выборгская с крем-брюле | 80       | 38-09 | 8,2   | 8,1  | 58,2  | 361,1  |
| Чай с сахаром                 | 200      | 2-01  | 0,2   | 0,0  | 10,02 | 38,99  |
| Итого:                        |          | 40-10 | 8,4   | 8,1  | 68,22 | 400,09 |

4.02.2026

| Наименование блюда                | Выход,гр | Цена  | Белки | Жиры | Углев | Ккал   |
|-----------------------------------|----------|-------|-------|------|-------|--------|
| Сдоба Выборгская со сгущ. молоком | 95       | 38-09 | 8,2   | 8,1  | 58,2  | 361,1  |
| Чай с сахаром                     | 200      | 2-01  | 0,2   | 0,0  | 10,02 | 38,99  |
| Итого:                            |          | 40-10 | 8,4   | 8,1  | 68,22 | 400,09 |

5.02.2026

| Наименование блюда | Выход,гр | Цена  | Белки | Жиры | Углев | Ккал   |
|--------------------|----------|-------|-------|------|-------|--------|
| Булочка с клюквой  | 80       | 38-09 | 7,5   | 13,2 | 60,9  | 394,0  |
| Чай с сахаром      | 200      | 2-01  | 0,2   | 0,0  | 10,02 | 38,99  |
| Итого:             |          | 40-10 | 7,7   | 13,2 | 70,92 | 432,99 |

6.02.2026

| Наименование блюда           | Выход,гр | Цена  | Белки | Жиры | Углев | Ккал   |
|------------------------------|----------|-------|-------|------|-------|--------|
| Сдоба Выборгская с клубникой | 95       | 38-09 | 8,2   | 8,1  | 58,2  | 361,1  |
| Чай с сахаром                | 200      | 2-01  | 0,2   | 0,0  | 10,02 | 38,99  |
| Итого:                       |          | 40-10 | 8,4   | 8,1  | 68,22 | 400,09 |

Зав. производством:  Бакиева Е.С.  
Калькулятор:  Маклакова О.М.  
Соц. педагог:  Русанова Н.М.  
Мед.работник:  Петухова А.К.