

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9

на 18 сентября 2023 г.

Горячий завтрак 1 смена

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	белки	жиры	углеводы	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Каша «Дружба» вязкая на молоке с маслом сливочным	200.5	27-57	8,32	12,78	37,08	284,44	№302-2004
Кофейный напиток с молоком	200	16-36	2,67	4,2	23,63	123,49	№692-2004
Хлеб ржаной с сыром	25.15	14-19	7,01	5,76	9,62	129	
Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке	95	26-65	0,4	-	9,8	95	
Яблоко	130	22-93	0,3	-	8,6	64	
Итого :		107-70	18,7	22,74	88,73	695,93	

Горячий завтрак 2 смена

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	белки	жиры	углеводы	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	47.60	66-40	19,44	21,41	10,06	291,34	№ 437-2004
Макароны отварные	180	13-57	6,82	5,39	43,91	255,21	№ 516-2004
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	22,0	90,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	29,14	27,07	100,9	743,34	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свежих помидор	60	11-74	0,1	7,1	4,2	61,45	№ 50-2004
Суп гороховый с говядиной	11/250	22-70	1,3	7,7	20,38	183,6	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом	90/30	55-68	11,13	19,33	13,66	262,96	№462-2004 №587-2004
Пюре картофельное	150	17-57	3,07	4,89	21,9	150,06	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Сок в индивидуальной упаковке	200	22-75	0,4	0,0	22,0	90,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого за прием		138-40	20,76	39,56	121,98	922,66	

Зав. производством:  Бакиева Е.С.

Калькулятор:  Маклакова О.М.

Соц. педагог:  Русанова Н.М

Мед. работник:  Галактионова Ю.В.

Утверждаю:
И.П. Яркова Н.В.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 19 сентября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Помидоры свежие (поджаренные)	28	3-77	0,3	0,04	1,0	5,9	№ 22-2013
Куриное бедро запеченное с соусом	90.30	72-02	16,2	15,1	16,85	252,29	№ 494-2004
Картофельное пюре	180	21-00	3,68	5,87	26,28	180,07	№520-2004
Компот из вишни	200	7-93	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	22,66	21,28	80,46	589,66	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свежих огурцов	60	12-58	0,6	0,1	2,0	47,1	№ 17-2013
Щи с говядиной со сметаной	10/250/10	26-54	5,79	7,77	11,21	138,31	№ 124-2004
Котлеты мясные с соусом	90.30	63-66	23,48	10,02	7,5	172,41	№451-2004 №578-2004
Макароны отварные	150	11-33	5,68	4,49	36,59	212,67	№ 516-2004
Какао на молоке	200	18-33	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	42,78	27,12	110,81	829,58	

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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9

на 20 сентября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов с курицы	250	64-81	24,22	15	29,03	352,06	№492-2004
Какао на молоке	200	18-33	2,67	4,2	23,69	123,49	№693-2004
Сок в индивидуальной упаковке	200	21-58	0,4	0,0	23,0	92,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	30,08	19,53	91,58	644,95	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Помидоры свежие (поджаривание)	20	2-63	0,1	7,1	4,2	61,45	№ 22-2013
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	10/250/10	32-29	6,39	7,07	21,01	152,23	№ 132-2004
Курица (бедро) запеченная с соус	90.30	72-02	16,2	15,1	16,85	252,29	№ 494-2004
Картофельное пюре	150	17-57	3,07	4,89	21,9	150,06	№520-2004
Компот из вишни	200	7-93	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: Бакиева Е.С.
Калькулятор: Маклакова О.М.
Соц. педагог: Русанова Н.М.
Мед. работник: Галактионова Ю.В.



Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



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

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

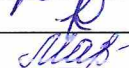
на 21 сентября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Тефтели с соусом	90/30	55-68	12,37	21,48	15,18	292,18	№462-2004 №587-2004
Макароны отварные	180	13-57	6,82	5,39	43,91	255,21	№516-2004
Компот ягодный	200	8-82	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке	95	26-65	0,4	1,5	9,8	95	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	22,07	28,64	105,22	793,79	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Артамоша»	60	16-82	0,1	7,1	4,2	61,45	ТТК
Борщ с говядиной и сметаной	12/250/10	31-32	5,39	7,77	14,01	179,23	№ 110-2004
Плов из говядины	200	78-70	15,06	19,43	45,19	405,79	№370-2013
Чай с сахаром с лимоном	200.15.7	5-60	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:  Бакиева Е.С.
Калькулятор:  Маклакова О.М.
Соц. педагог:  Русанова Н.М.
Мед. работник:  Мамедова Д.В.



Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 9
для
ДОКУМЕНТОВ
Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 22 сентября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему из говядины	51.150	79-87	13,53	15,37	32,61	320,48	№ 436-2004
Чай с сахаром с лимоном	200.7	5-60	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Сок в индивидуальной упаковке	125	19-50	0,4	0,0	23,0	92,0	
Хлеб «Славянский» ржаной	25	2-73	2,28	0,12	14,91	57	
Итого :		107-70	16,51	15,49	85,72	529,48	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Синьор помидор»	60	6-51	0,05	3,55	2,1	43	№ 17-2013
Рассольник домашний с говядиной со сметаной	10/250/10	34-52	5,59	7,07	13,61	138,31	№ 131-2004
Биточки мясные с соусом	90.30	63-66	23,48	10,02	7,5	172,41	№451-2004 №578-2004
Рис отварной	150	19-82	3,88	5,17	40,42	227	№ 511-2004
Компот из вишни	200	7-93	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:  Бакиева Е.С.
Калькулятор:  Маклакова О.М.
Соц. педагог:  Русанова Н.М.
Мед. работник:  Галактионова Ю.В.

Утверждаю:

ИП Яркова Н.В.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

с 18 по 22 сентября 2023 г.

Экспресс завтрак

18.09.2023

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская со сгущ. молоком	80	17-35	5,9	3,8	51,4	263,7
Сок в индивидуальной упаковке	200	22-75	0,3	0,0	23,0	92,0
Итого:		40-10	6,2	3,8	74,4	355,7

19.09.2023

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Шаньга картофельная	100	32-17	5,2	12,2	22,71	216,8
Компот из вишни	200	7-93	0,2	-	21,42	83,6
Итого:		40-10	5,4	12,2	44,13	300,4

20.09.2023

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с сахаром	80	17-35	5,9	3,8	51,4	263,7
Сок в индивидуальной упаковке	200	22-75	0,3	0,0	23,0	92,0
Итого:		40-10	6,2	3,8	74,4	355,7

21.09.2023

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Курник	100	38-10	9,24	10,8	25,35	244,0
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	-	10,02	38,99
Итого:		40-10	9,44	10,8	35,37	282,99

22.09.2023

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с повидлом	80	17-35	5,9	3,8	51,4	263,7
Сок в индивидуальной упаковке	200	22-75	0,3	0,0	23,0	92,0
Итого:		40-10	6,2	3,8	74,4	355,7

Зав. производством:

Бакиева Е.С.

Калькулятор:

Маклакова О.М.

Соц. педагог:

Русанова Н.М.

Мед. работник:

Мамедова Д.В.