

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 15 декабря 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша «Дружба»	205	31-70	6	5	32	232	№355-2022
Кофейный напиток	200	21-53	5	8	22	151	№692- 2004
Бутерброд с сыром	45	23-07	7	10	9	157	№3-2004
Кисломолочной продукт	95	31-40	5	4	17	124	
Итого :		107-70	23	27	80	664	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	100	64-01	13	7	4	132	№ 437-2004
Макаронные изделия отварные	180	14-62	6	7	39	246	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	1-99	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Сок	200	23-21	-	-	23	90	
Итого :		107-70	21	14	87	558	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	16-60	2	3	3	57	№37-2004
Суп картофельный с бобовыми	260	23-94	9	6	22	185	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом	130	66-59	10	10	11	176	№462-2004 №528-1996
Пюре картофельное	180	25-41	4	8	26	197	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	1-99	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	27	27	83	705	

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

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 16 декабря 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Куриное бедро запеченное	130	86-44	21	20	1	265	№ 494-2004 №528-1996
Каша рассыпчатая гречневая	180	15-40	11	10	52	335	№508-2004
Чай с сахаром	200	1-99	-	-	10	38	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого :		107-70	34	30	74	689	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему	200	68-12	18	10	23	250	№436-2004
Компот из ягод	200	9-28	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб ржаной	50	7-09	2		16	96	
сок	125	23-21	-		14	56	
Итого :		107-70	21	10	81	518	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	33-45	2	3	3	57	№ 37-2004
Рассольник ленинградский	270	35-94	6	7	20	174	№ 132-2004
Гуляш	100	47-75	13	7	4	132	№ 437-2004
Каша рассыпчатая гречневая	180	15-40	11	10	52	335	№508-2004
Чай с сахаром	200	1-99	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	34	27	100	788	

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

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 17 декабря 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	205	56-18	20	33	4	398	№340-2004
Какао с молоком	200	24-44	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, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша «Дружба»	205	31-70	6	5	32	232	№355-2022
Кофейный напиток	200	21-53	5	8	22	151	№692-2004
Бутерброд с сыром	45	23-07	7	10	9	157	№3-2004
Кисломолочной продукт	95	31-40	5	4	17	124	
Итого :		107-70	23	27	80	664	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	12-93	2	3	3	57	
Щи из свежей капусты с картофелем	270	27-35	5	7	10	127	№ 124-2004
Биточки с соусом	120	70-35	5	5	34	206	№451-2004 №578-2004
Макаронные изделия отварные	180	14-62	6	7	39	246	№ 516-2004
Компот из ягод	200	9-28	1	-	28	116	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	21	22	125	803	

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

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



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

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 18 декабря 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Тефтели 2 вариант с соусом	130	48-79	10	10	11	176	№462-2004 №528-2004
Макаронные изделия отварные	180	14-62	6	7	39	246	№516-2004
Напиток из плодов шиповника	200	9-02	-	-	24	94	№705-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Кисломолочный продукт	95	31-40	-	-	10	95	
Итого :		107-70	18	17	95	662	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Куриное бедро запеченное	130	76-43	21	20	1	265	№ 494-2004 №528-1996
Пюре картофельное	180	25-41	4	8	26	197	№520-2004
Чай с сахаром	200	1-99	-	-	10	38	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого :		107-70	27	28	48	551	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	41-18	2	3	3	57	№ 37-2004
Борщ с капустой и картофелем	270	29-38	5	8	13	145	№ 110-2004
Плов	200	57-38	22	12	38	350	№443-2004
Чай с лимоном	207	6-59	-	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	31	23	80	663	

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

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 19 декабря 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему	200	68-12	18	10	23	250	№436-2004
Компот из ягод	200	9-28	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб ржаной	50	7-09	2		16	96	
сок	125	23-21	-		14	56	
Итого :		107-70	21	10	81	518	

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	57-32	23	17	4	259	№ 341-2013
Пюре картофельное	180	25-41	4	8	26	197	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	1-99	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Сдоба выборгская	50	19-11	3	3	28	154	
Итого :		107-70	32	28	79	700	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из вареных овощей	100	8-39	2	3	3	57	№37-2004
Рассольник домашний	270	35-41	6	7	13	139	№ 131-2004
Биточки с соусом	120	58-15	5	5	37	223	№451-2004 №528-1996
Рис отварной	180	23-30	5	7	47	270	№ 511-2004
Компот из ягод	200	9-28	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	21	22	139	856	

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

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.

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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

с 15 по 19 декабря 2025 г.

Экспресс завтрак

15.12.2025

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с клубникой	95	38-11	4,1	3,2	40,0	204,6
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	4,3	3,2	50,02	243,59

16.12.2025

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с крем-брюле	80	38-11	8,2	8,1	58,2	361,1
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	8,4	8,1	68,22	400,09

17.12.2025

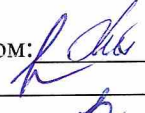
Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с абрикосом	95	38-11	8,2	8,1	58,2	361,1
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	8,4	8,1	68,22	400,09

18.12.2025

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Булочка с клюквой	80	38-11	7,5	13,2	60,9	394,0
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	7,7	13,2	70,92	432,99

19.12.2025

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с малиной	95	38-11	8,2	8,1	58,2	361,1
Чай с сахаром	200	1-99	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.

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

с 15 по 19 декабря 2025 г.

Горячий завтрак (дополнительно) с 12 лет и старше

15.12.2025

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Банан	237	58-23	3,6	1,2	49,8	227,5
Йогурт питьевой	270	88-73	8,6	6,5	12,2	140,4
Кондитерское изделие (мини торт)	2/38	103-74	6,1	5,4	41,7	238,0
Кондитерское изделие	28	49-30	1,2	0,5	17,0	78,2
Итого:		300-00	19,5	13,6	120,7	684,1

16.12.2025

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Яблоко	250	54-60	1,0	1,0	24,5	117,5
Молоко витаминизированное	200	82-72	6,0	5,0	9,4	106,0
Кондитерское изделие	30	45-28	1,2	0,5	17,0	78,2
Кондитерское изделие (печенье)	2/50	117-40	7,5	9,8	74,4	417,0
Итого:		300-00	15,7	16,3	125,3	718,7

17.12.2025

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Мандарин	220	84-08	1,8	0,4	16,5	83,6
Пюре фруктовое	90	65-52	0,0	0,0	10,8	43,2
Кондитерское изделие	2/40	120-12	6,1	5,4	41,7	238,0
Кондитерское изделие (батончик вафельный)	20	30-28	0,7	6,5	11,9	104,0
Итого:		300-00	8,6	12,3	80,9	468,8

18.12.2025

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Банан	225	55-28	3,4	1,1	47,3	216,0
Коктейль молочный	200	60-08	5,8	5,6	18,2	146,4
Кондитерское изделие	80	117-40	3,6	19,2	41,6	352,0
Кондитерское изделие (чоко пай)	2/28	67-24	2,5	10,2	37,2	249,2
Итого:		300-00	15,3	36,1	144,3	963,6

19.12.2025

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Груша	223	76-10	0,9	0,7	23,0	104,8
Йогурт питьевой	270	88-74	8,6	6,5	12,2	140,4
Кондитерское изделие (мини торт)	2/38	103-74	6,1	5,4	41,7	238,0
Кондитерское изделие	20	31-42	0,7	6,5	11,9	104,0
Итого:		300-00	16,3	19,1	88,8	587,2

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

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

с 15 по 19 декабря 2025 г.

Экспресс завтрак (дополнительно) с 12 лет и старше

15.12.2025

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Банан	237	58-23	3,6	1,2	49,8	227,5
Йогурт питьевой	270	88-73	8,6	6,5	12,2	140,4
Кондитерское изделие (мини торт)	2/38	103-74	6,1	5,4	41,7	238,0
Кондитерское изделие	28	49-30	1,2	0,5	17,0	78,2
Итого:		300-00	19,5	13,6	120,7	684,1

16.12.2025

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Яблоко	250	54-60	1,0	1,0	24,5	117,5
Молоко витаминизированное	200	82-72	6,0	5,0	9,4	106,0
Кондитерское изделие	30	45-28	1,2	0,5	17,0	78,2
Кондитерское изделие (печенье)	2/50	117-40	7,5	9,8	74,4	417,0
Итого:		300-00	15,7	16,3	125,3	718,7

17.12.2025

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Мандарин	220	84-08	1,8	0,4	16,5	83,6
Пюре фруктовое	90	65-52	0,0	0,0	10,8	43,2
Кондитерское изделие	2/40	120-12	6,1	5,4	41,7	238,0
Кондитерское изделие (батончик вафельный)	20	30-28	0,7	6,5	11,9	104,0
Итого:		300-00	8,6	12,3	80,9	468,8

18.12.2025

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Банан	225	55-28	3,4	1,1	47,3	216,0
Коктейль молочный	200	60-08	5,8	5,6	18,2	146,4
Кондитерское изделие	80	117-40	3,6	19,2	41,6	352,0
Кондитерское изделие (чоко пай)	2/28	67-24	2,5	10,2	37,2	249,2
Итого:		300-00	15,3	36,1	144,3	963,6

19.12.2025

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Груша	223	76-10	0,9	0,7	23,0	104,8
Йогурт питьевой	270	88-74	8,6	6,5	12,2	140,4
Кондитерское изделие (мини торт)	2/38	103-74	6,1	5,4	41,7	238,0
Кондитерское изделие	20	31-42	0,7	6,5	11,9	104,0
Итого:		300-00	16,3	19,1	88,8	587,2

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