

«Утверждаю»
ИП Яркова Н.В.



Согласовано
И.О. Директора МАОУ СОШ № 9
Митрофанчикова Н.Н.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 13 октября 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша «Дружба»	205	34-09	6	5	32	232	№355-2022
Кофейный напиток	200	21-68	5	8	22	151	№692-2004
Бутерброд с сыром	45	21-90	7	10	9	157	№3-2004
Ватрушка с творогом	50	30-03	5	4	17	124	
Итого :		107-70	23	27	80	664	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	90	64-19	12	6	4	119	№ 437-2004
Макаронные изделия отварные	150	14-34	5	6	35	221	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	2-09	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Сок	125	23-21	-	-	14	56	
Итого :		107-70	19	12	74	486	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из вареных овощей	60	19-93	1	2	2	34	№37-2004
Суп картофельный с бобовыми	260	21-47	9	6	22	185	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом	120	68-45	9	9	10	162	№462-2004 №528-1996
Пюре картофельное	150	22-59	3	7	22	164	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-09	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	24	24	77	635	

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

«Утверждено»

ИП Яркова Н.В.



Согласовано

И.О. Директора МАОУ СОШ № 9

Митрофанова Н.Н.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9

на 14 октября 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Бедро куриное запеченное с соусом	130	86-91	21	20	1	265	№ 494-2004 №528-1996
Каша рассыпчатая гречневая	150	14-83	9	8	43	279	№508-2004
Чай с сахаром	200	2-09	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого :		107-70	32	28	65	634	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему	200	70-17	18	10	22	250	№436-2004
Компот из ягод	200	10-78	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб ржаной	25	3-54	1	-	8	48	
Сок	125	23-21	-	-	14	56	
Итого :		107-70	20	10	72	470	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	24-59	1	2	2	34	№37-2004
Рассольник ленинградский	270	39-35	6	7	20	174	№ 132-2004
Гуляш	90	53-67	12	6	4	119	№437-2004
Каша рассыпчатая гречневая	150	14-83	9	8	43	279	№508-2004
Чай с сахаром	200	2-09	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	30	23	90	696	

Зав. производством:

Антипова Е.Ю.

Калькулятор:

Маклакова О.М.

Соц. педагог:

Русанова Н.М.

Мед. работник:

Преснякова О.А.

«Утверждено»
ИП Яркова Н.В.



Согласовано
И.О. Директора МАБУ СОШ № 9
Миронова Н.Н.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 15 октября 2025 г

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	205	56-03	20	33	4	398	№340-2004
Какао с молоком	200	24-59	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 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша «Дружба»	205	34-09	6	5	32	232	№355-2022
Кофейный напиток	200	21-68	5	8	22	151	№692-2004
Бутерброд с сыром	45	21-90	7	10	9	157	№3-2004
Ватрушка с творогом	50	30-03	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	60	12-90	1	2	2	34	№37-2004
Щи из свежей капусты с картофелем	270	25-38	5	7	10	127	№ 124-2004
Биточки с соусом	120	71-13	5	5	34	206	№451-2004 №528-1996
Макаронные изделия отварные	150	14-34	5	6	35	221	№ 516-2004
Компот из ягод	200	10-78	1	-	28	119	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-87	2		11	51	
Итого за прием		138-40	19	20	120	758	

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

Столовая школы № 9

на 16 октября 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Тефтели 2 вариант с соусом	120	50-24	9	9	10	162	№462-2004 №528-1996
Макаронные изделия отварные	150	14-34	5	6	35	221	№516-2004
Напиток из плодов шиповника	200	9-22	-	-	24	94	№705-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Кисломолочный продукт	95	30-03	-	-	10	95	
Итого :		107-70	16	15	90	623	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Бедро куриное запеченное с соусом	130	79-15	21	20	1	265	№ 494-2004 №528-1996
Пюре картофельное	150	22-59	3	7	22	164	№520-2004
Чай с сахаром	200	2-09	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого :		107-70	26	27	44	519	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	17-49	1	2	2	34	№ 37-2004
Борщ с капустой и картофелем	270	27-07	5	8	13	145	№ 110-2004
Плов	200	83-90	22	12	38	350	№443-2004
Чай с лимоном	207	6-07	-	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	30	22	79	640	

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

Столовая школы № 9

на 17 октября 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему	200	70-17	18	10	22	250	№436-2004
Компот из ягод	200	10-78	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб ржаной	25	3-54	1	-	8	48	
Сок	125	23-21	-	-	14	56	
Итого :		107-70	20	10	72	470	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Рыба, запеченная со сметаной и сыром	90	57-76	21	15	4	233	№ 341-2013
Пюре картофельное	150	22-59	3	7	22	164	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-09	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Сдоба выборгская	50	21-39	3	3	28	154	
Итого :		107-70	29	25	75	641	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из вареных овощей	60	5-08	1	2	2	34	№37-2004
Рассольник домашний	270	33-15	6	7	13	139	№ 131-2004
Биточки с соусом	120	61-49	5	5	34	206	№451-2004 №528-1996
Рис отварной	150	25-38	4	6	39	225	№ 511-2004
Компот из ягод	200	9-43	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	19	20	127	771	

Зав. производством:  Антипова Е.Ю.
Калькулятор: _____ Маклакова О.М.
Соц. педагог:  Русанова Н.М.
Мен. работница: _____