

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



Согласовано
Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 6 октября 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Птица тушеная в соусе с овощами	100	57-88	7	6	9	119	№488-2004
Макаронные изделия отварные	180	15-19	6	7	39	246	№516-2004
Чай с лимоном	207	7-81	-	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	25	3-61	2	-	11	51	
сок	200	23-21	-	-	23	90	
Итого :		107-70	15	13	97	566	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов	200	73-48	22	12	38	350	№443-2004
Чай с сахаром	200	3-79	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	50	7-22	4	-	22	102	
Сок	125	23-21	-	-	14	56	
Итого :		107-70	26	12	84	547	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из вареных овощей	100	8-84	2	3	3	57	№ 37-2004
Суп из овощей	270	27-59	6	7	13	138	№ 135-2004
Шницель с соусом	130	72-99	5	5	37	223	№451-2004 №528-1996
Каша рассыпчатая гречневая	180	15-82	11	10	52	335	№508-2004
Компот из ягод	200	9-55	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-61	2	-	11	51	
Итого :		138-40	27	25	144	920	

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 7 октября 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	68-32	18	10	23	250	№436-2004
Компот из ягод	200	9-55	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб ржаной	50	6-62	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
Каша жидкая геркулесовая	205	32-33	6	19	36	232	№311-2004
Кофейный напиток	200	21-79	5	8	22	151	№692-2004
Бутерброд с сыром	50	23-55	8	11	10	174	№3-2004
Кисломолочный продукт	95	30-03	-	-	10	95	
Итого :		107-70	19	38	78	652	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	11-17	2	3	3	57	№ 37-2004
Солянка из птицы	260	30-60	15	14	5	202	№ 158-2004
Гуляш	100	53-13	13	7	4	132	№ 437-2004
Макаронные изделия отварные	180	15-19	6	7	39	246	№ 516-2004
Какао с молоком	200	24-70	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-61	2	-	11	51	
Итого :		138-40	43	36	95	878	

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
Купченко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 8 октября 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

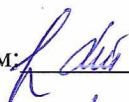
Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов	200	73-48	22	12	38	350	№443-2004
Чай с сахаром	200	3-79	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	50	7-22	4	-	22	102	
Сок	125	23-21	-	-	14	56	
Итого :		107-70	26	12	84	547	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	100	61-90	13	7	4	132	№ 437-2004
Макаронные изделия отварные	180	15-19	6	7	39	246	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	3-79	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-61	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 вареных овощей	100	16-42	2	3	3	57	№37-2004
Рассольник ленинградский	270	36-43	6	7	20	174	№ 132-2004
Бефстроганов	100	62-33	18	12	6	203	№423-2004
Каша рассыпчатая гречневая	180	15-82	11	10	52	335	№508-2004
Чай с сахаром	200	3-79	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-61	2	-	11	51	
Итого :		138-40	39	32	102	859	

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 9 октября 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

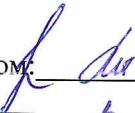
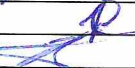
Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Котлеты рубленые из птицы с соусом	130	69-46	20	25	14	362	№498-2004 №528-1996
Пюре картофельное	180	25-08	4	8	26	197	№520-2004
Компот из ягод	200	9-55	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-61	2		11	51	
Итого :		107-70	27	33	79	726	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Запеканка «Царская» с молоком сгущенным	200	84-80	15	13	32	305	10/5-2011
Чай с сахаром	200	3-79	-	-	10	39	№685-2004
Сдоба выборгская	130	19-11	8	9	73	401	
Итого :		107-70	23	22	115	745	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	30-08	2	3	3	57	№ 37-2004
Щи из свежей капусты с картофелем	270	31-89	5	7	10	127	№ 124-2004
Плов	200	63-27	22	12	38	350	№443-2004
Компот из ягод	200	9-55	1	-	28	116	№ 511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-61	2	-	11	51	
Итого :		138-40	32	22	90	701	

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 10 октября 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	100	61-27	13	7	4	132	№437-2004
Каша рассыпчатая гречневая	180	15-82	11	10	52	335	№508-2004
Чай с сахаром	200	3-79	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-61	2	-	11	51	
Сок	125	23-21	-	-	14	56	
Итого :		107-70	26	17	91	613	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Бедро куриное запеченное с соусом	130	75-22	21	20	1	265	№ 494-2004
Пюре картофельное	180	25-08	4	8	26	197	№520-2004
Чай с сахаром	200	3-79	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-61	2	-	11	51	
Итого :		107-70	27	28	48	552	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из вареных овощей	100	40-04	2	3	3	57	№37-2004
Суп - лапша домашняя	260	21-26	5	7	14	135	№ 148-2004
Жаркое по-домашнему	200	64-42	18	10	22	250	№436-2004
Напиток из плодов шиповника	200	9-37	-	-	24	94	№705-2004
Хлеб ржаной	25	3-31	1	-	8	48	
Итого :		138-40	26	20	71	584	

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 6 по 10 октября 2025 г.

Экспресс завтрак

6.10.2025

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с повидлом	95	36-31	4,1	3,2	40,0	204,6
Чай с сахаром	200	3-79	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	4,3	3,2	50,02	243,59

7.10.2025

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с крем-брюле	80	36-31	8,2	8,1	58,2	361,1
Чай с сахаром	200	3-79	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	8,4	8,1	68,22	400,09

8.10.2025

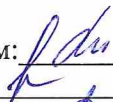
Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская со сгущ. молоком	95	36-31	8,2	8,1	58,2	361,1
Чай с сахаром	200	3-79	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	8,4	8,1	68,22	400,09

9.10.2025

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Булочка с клюквой	80	36-31	7,5	13,2	60,9	394,0
Чай с сахаром	200	3-79	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	7,7	13,2	70,92	432,99

10.10.2025

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с кремом	80	36-31	8,2	8,1	58,2	361,1
Чай с сахаром	200	3-79	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.