



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 19 октября 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	148,61	87-30	17	9	5	172	№ 437-2004
Макаронные изделия отварные	180	14-04	6	7	39	246	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	2-22	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Итого :	553,61	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	35-45	4	5	19	221	№311-2004
Кофейный напиток	200	23-89	5	8	22	151	№692- 2004
Бутерброд с сыром	40	18-33	8	11	10	174	№3-2004
Кисломолочный продукт	95	30-03	-	-	10	95	
Итого :	540	107-70	17	24	61	641	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	11-51	2	3	3	57	№ 37-2004
Солянка из птицы	260	35-67	15	14	5	202	№ 158-2004
Мясо тушеное	100	45-96	15	6	4	132	№ 433-2004
Макаронные изделия отварные	180	14-04	6	7	39	246	№ 516-2004
Какао с молоком	200	27-08	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Итого за прием	865	138-40	45	35	95	878	

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



Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 9



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 20 октября 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

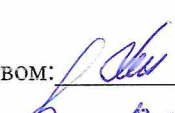
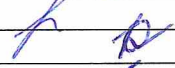
Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Птица тушеная в соусе с овощами	88	49-10	7	6	9	119	№488-2004
Рис отварной	180	24-63	5	7	47	295	№511-2004
Чай с лимоном	207	6-62	-	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
сок	200	23-21	-	-	14	56	
Итого	700	107-70	14	13	96	581	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	205	53-27	20	33	4	398	№340-2004
Какао с молоком	200	27-08	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
сок	200	23-21	-	-	14	56	
Итого :	630	107-70	27	38	62	695	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	11-51	2	3	3	57	№ 37-2004
Суп из овощей	270	29-55	6	7	13	138	№ 135-2004
Шницель с соусом	120	65-56	5	5	37	223	№451-2004 №528-1996
Каша рассыпчатая гречневая	180	18-04	11	10	52	335	№508-2004
Компот из ягод	200	9-60	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Итого :	895	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.



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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 21 октября 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Котлеты с соусом	120	65-73	5	5	37	223	№451-2004 №528-1996
Макаронные изделия отварные	180	14-04	6	7	39	246	№516-2004
Компот из ягод	200	9-60	1	-	28	116	№511-2013
Бутерброд с сыром	40	18-33	7	10	9	157	№3-2004
Итого	540	107-70	17	23	100	693	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Запеканка «Царская» с молоком сгущенным	134	79-54	15	13	32	305	10/5-2011
Чай с сахаром	200	2-22	-	-	10	39	№685-2004
Сдоба Выборгская	50	25-94	8	9	73	401	
Итого :	384	107-70	23	22	115	745	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	27-64	2	3	3	57	№37-2004
Суп лапша-домашняя	260	23-05	5	7	14	135	№ 148-2004
Жаркое по-домашнему	200	72-12	18	10	22	250	№436-2004
Напиток из плодов шиповника	200	11-45	-	-	24	94	№705-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	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.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 22 октября 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	140,69	79-16	17	9	2	172	№437-2004
Каша рассыпчатая гречневая	180	18-04	11	10	52	335	№520-2004
Чай с сахаром	200	2-22	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	50	8-28	4	-	22	102	
Итого :	570,69	107-70	32	19	86	648	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Котлеты рубленые из птицы с соусом	137	64-88	20	25	14	362	№498-2004 №528-1996
Пюре картофельное	180	29-08	4	8	26	197	№520-2004
Компот из ягод	200	9-60	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	4-14	2		11	51	
Итого :	542	107-70	27	33	79	726	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырных овощей	100	13-90	2	3	3	57	№ 37-2004
Борщ с капустой и картофелем	265	25-03	5	8	13	145	№ 110-2004
Бефстроганов	100	59-12	18	12	6	203	№423-2004
Макаронные изделия отварные	180	14-04	6	7	39	246	№516-2004
Какао с молоком	200	22-17	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Итого :	870	138-40	38	35	102	892	

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 23 октября 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Рыба запеченная со сметаной и сыром	53	46-32	23	17	4	259	№ 341-2013
Пюре картофельное	180	29-08	4	8	26	197	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-22	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Сдоба выборгская	50	25-94	3	3	28	154	
Итого :	508	107-70	32	28	79	700	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Тефтели 2 вариант с соусом	92	48-04	10	10	11	176	№462-2004 №528-2004
Макаронные изделия отварные	180	14-04	6	7	39	246	№516-2004
Напиток из плодов шиповника	200	11-45	-	-	24	94	№705-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Кисломолочный продукт	95	30-03	-	-	10	95	
Итого :	592	107-70	18	17	95	662	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	28-56	2	3	3	57	№ 37-2004
Щи из свежей капусты с картофелем	270	31-07	5	7	10	127	№ 124-2004
Плов	200	68-37	22	12	38	350	№443-2004
Чай с лимоном	200	6-26	1	-	15	60	№ 686-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Итого :	795	138-40	32	22	77	645	

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

с 19 по 23 октября 2026 г.

Экспресс завтрак

19.10.2026

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с абрикосом	65	37-88	8,2	8,1	58,2	361,1
Чай с сахаром	200	2-22	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	8,4	8,1	68,22	400,09

20.10.2026

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с клубникой	65	37-88	4,1	3,2	40,0	204,6
Чай с сахаром	200	2-22	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	4,3	3,2	50,02	243,59

21.10.2026

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с повидлом	70	37-88	8,2	8,1	58,2	361,1
Чай с сахаром	200	2-22	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	8,4	8,1	68,22	400,09

22.10.2026

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Булочка с клюквой	65	37-88	7,5	13,2	60,9	394,0
Чай с сахаром	200	2-22	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	7,7	13,2	70,92	432,99

23.10.2026

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с крем-брюле	65	37-88	8,2	8,1	58,2	361,1
Чай с сахаром	200	2-22	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.