

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



Согласовано
Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 28 сентября 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	118,26	65-24	13	7	4	132	№ 437-2004
Макаронные изделия отварные	180	12-90	6	7	39	246	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	2-21	-	-	10	39	№ 685-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Сок	200	23-21	-	-	23	90	
Итого :	723,26	107-70	21	14	87	558	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша жидкая пшенная	205	34-87	4	5	19	221	№ 311-2004
Кофейный напиток	200	23-89	5	8	22	151	№ 692- 2004
Бутерброд с сыром	40,28	18-91	8	11	10	174	№ 3-2004
Кисломолочный продукт	95	30-03	-	-	10	95	
Итого :	540,28	107-70	17	24	61	641	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	15-60	2	3	3	57	№ 37-2004
Суп картофельный с бобовыми	260	22-48	9	6	22	185	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом	130	66-03	10	10	11	176	№ 462-2004 № 528-1996
Пюре картофельное	180	27-94	4	8	26	197	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-21	-	-	10	39	№ 685-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Итого за прием	895	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.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА: М е н ю

Столовая школы № 9

на 29 сентября 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Плов из птицы	197,57	68-90	15	15	27	308	№492-2004
Напиток из плодов шиповника	200	11-45	-	-	24	94	№705-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
сок	200	23-21	-	-	23	90	
Итого :	622,57	107-70	17	15	85	543	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход,гр	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
Щи из свежей капусты с картофелем	270	26-73	5	7	10	127	№ 124-2004
Котлеты с соусом	110	56-04	5	5	37	223	№451-2004 №528-1996
Макаронные изделия отварные	180	12-90	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	885	138-40	25	27	133	894	

Зав. производством:  Бакиева Е.С.
Калькулятор: _____ Маклакова О.М.
Соц. педагог:  Русанова Н.М.

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9

на 30 сентября 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, гр	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 завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	118,26	65-24	13	7	4	132	№ 437-2004
Макаронные изделия отварные	180	12-90	6	7	39	246	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	2-21	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Сок	200	23-21	-	-	23	90	
Итого :	723,26	107-70	21	14	87	558	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	15-75	2	3	3	57	№37-2004
Рассольник ленинградский	270	32-85	6	7	20	174	№ 132-2004
Бедро куриное запеченное с соусом	120	58-16	21	20	1	265	№ 494-2004 №528-1996
Каша рассыпчатая гречневая	180	17-90	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 за прием	895	138-40	43	40	115	998	

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 1 октября 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	белки	жиры	углеводы	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Котлеты с соусом	106	51-83	5	5	37	223	№451-2004 №528-1996
Пюре картофельное	180	27-94	4	8	26	197	№520-2004
Компот из ягод	200	9-60	1	-	28	116	№511-2013
Бутерброд с сыром	40	18-33	7	10	9	157	№3-2004
Итого :	526	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
Каша жидкая пшениная	205	34-87	4	5	19	221	№311-2004
Кофейный напиток	200	23-89	5	8	22	151	№692- 2004
Бутерброд с сыром	40,28	18-91	8	11	10	174	№3-2004
Кисломолочный продукт	95	30-03	-	-	10	95	
Итого :	540,28	107-70	17	24	61	641	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	25-87	2	3	3	57	№ 37-2004
Борщ с капустой и картофелем	270	31-44	5	8	13	145	№ 110-2004
Плов	200	66-56	22	12	38	350	№443-2013
Чай с лимоном	207	6-25	-	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	50	8-28	2	-	11	51	
Итого за прием	827	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
И.И. Яркова Н.В.



Согласовано
Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 2 октября 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Мясо тушенное	123	69-58	15	6	4	132	№433-2004
Каша рассыпчатая гречневая	180	17-90	11	10	52	335	№508-2004
Чай с лимоном	207	6-25	-	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Кондитерское изделие	20	9-83	1	6	31	184	
Итого :	555	107-70	29	22	113	762	

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	54,42	47-47	23	17	4	259	№ 341-2013
Пюре картофельное	180	27-94	4	8	26	197	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-21	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Сдоба Выборгская	50	25-94	3	3	28	154	
Итого :	509,42	107-70	32	28	79	700	

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
Рассольник домашний	270	36-51	6	7	13	139	№ 131-2004
Биточки с соусом	110	56-04	5	5	37	223	№451-2004 №528-1996
Рис отварной	180	20-60	5	7	47	270	№ 511-2004
Компот из ягод	200	9-60	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Итого за прием	889	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 28 по 30 сентября 2026 г.

Экспресс завтрак

28.09.2026

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с повидлом	70	37-89	8,2	8,1	58,2	361,1
Чай с сахаром	200	2-21	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	8,4	8,1	68,22	400,09

29.09.2026

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с малиной	65	37-89	4,1	3,2	40,0	204,6
Чай с сахаром	200	2-21	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	4,3	3,2	50,02	243,59

30.09.2026

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская со сгущ. молоком	70	37-89	8,2	8,1	58,2	361,1
Чай с сахаром	200	2-21	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.



Ключко О.М

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 1, 2 октября 2026 г.

Экспресс завтрак

1.10.2026

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Булочка с клюквой	65	37-89	7,5	13,2	60,9	394,0
Чай с сахаром	200	2-21	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	7,7	13,2	70,92	432,99

2.10.2026

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с крем-брюле	65	37-89	8,2	8,1	58,2	361,1
Чай с сахаром	200	2-21	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.