

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 9



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 1 апреля 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	48.60	70-58	15,29	11,09	3,61	189,69	№ 437-2004
Макароны отварные	150	10-63	5,15	4,13	36,64	200,08	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	2-06	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Сок	125	21-45	0,2	0,0	14,38	57,5	
Итого :		107-70	22,87	15,52	75,15	537,01*	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Курица тушеная	71.50	67-33	14,15	15,16	16,3	242,87	№405-2013
Макароны отварные	150	10-63	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Чай с лимоном	200.15.7	5-31	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Сок	125	21-45	0,2	0,0	14,38	57,5	
Итого :		107-70	21,83	19,59	93,02	611,92	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Артамоша»	60	20-83	3,55	5,77	3,42	47,74	
Суп гороховый с мясом	20/250	35-71	9,18	7,84	22,3	196,92	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом	90/30	55-78	12,86	22,62	14,93	301,13	№462-2004 №587-2004
Пюре картофельное	150	18-06	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-06	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	34,9	42,07	107,73	909,15	

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

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9
Маклакова О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 2 апреля 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов с курицы	258	69-33	24,22	15	29,03	352,06	№492-2004
Компот из шиповника	200	13-94	0,8	0,0	29,96	120	№705-2004
Сок	125	21-45	0,2	0,0	14,38	57,5	
Хлеб пшеничный йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	27,25	15,3	83,87	580,31	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему	195	74-10	17,56	21,55	22,34	348,78	№436-2004
Компот из свежемороженных ягод	200	9-42	0,16	0,0	17,03	66,05	№511-2013
Сок	125	21-45	0,2	0,0	14,38	57,5	
Хлеб ржаной	25	2-73	1,38	0,25	8,02	47,5	
Итого :		107-70	19,3	21,8	61,77	519,83	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат овощной	60	9-89	1,1	3,05	5,71	54,25	№ 17-2013
Щи с мясом со сметаной	11/250/10	29-19	7,7	8,54	10,0	138,52	№ 124-2004
Котлеты мясные с соусом	90.30	63-93	14,6	17,78	10,39	251,66	№451-2004 №578-2004
Макароны отварные	150	10-63	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Какао на молоке	200	18-80	4,98	5,36	22,58	154,34	№693-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	37,58	39,46	106,32	901,07	

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

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.

Согласовано
Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко С.М.
ДОКУМЕНТОВ

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 3 апреля 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Запеканка «Царская» с молоком сгущенным	150.20	76-32	13,75	9,87	32,86	279,3	10/5-2011
Чай с сахаром	200	2-06	0,2	0,0	10,02	38,99	№686-2004
Сдоба Выборгская с повидлом	110	29-32	9,1	5,9	79,9	410,02	
Итого :		107-70	23,05	15,77	122,78	728,31	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	213	59-27	20,13	40,65	9,89	265,1	№ 340-2004
Какао на молоке	200	18-80	4,98	5,36	22,58	154,34	№693-2004
Йогурт	95	26-65	0,4	0,0	9,8	95	
Хлеб пшеничный йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	27,54	46,31	52,77	565,19	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с маслом растит	47	4-15	0,82	5,0	5,0	67,5	ТТК
Рассольник ленинградский с мясом и сметаной	10/250/10	33-81	8,78	8,74	20,1	185,52	№ 132-2004
Бедро запеченное	90	72-38	14,6	13,6	0,6	183,2	№ 494-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	12-68	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Компот из св. замор. ягод	200	9-42	0,16	0,0	17,03	66,05	№511-2013
Хлеб пшеничный йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	37,19	33,85	108,73	876,83	

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

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.

Согласовано
Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 4 апреля 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Овощи по сезону (помидоры свежие)	37	13-31	0,63	3,0	2,17	38,37	№ 17-2013
Котлеты мясные с соусом	90.30	63-93	14,6	17,78	10,39	251,66	№451-2004 №578-2004
Картофельное пюре	150	18-06	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 520-2004
Компот св. замор. ягод	200	9-42	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб пшеничный йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,75	50,75	
Итого :		107-70	22,52	26,32	80,79	647,25	

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	49-18	21,4	14,5	4,3	233,2	№ 341-2013
Пюре картофельное	150	18-06	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-06	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Выпечка	65	35-42	5,15	2,1	27,0	141,0	
Итого :		107-70	33,84	22,14	87,88	686,81	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Степной»	60	12-99	0,75	9,06	4,66	103,32	№ 25-2004
Борщ с мясом и сметаной	12/250/10	32-26	7,78	9,44	13,42	156,52	№ 110-2004
Плов из мяса	200	81-88	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Чай с сахаром с лимоном	200.15.7	5-31	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	25,38	32,8	90,78	739,64	

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

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



Согласовано
Директор МАОУ СОШ №9



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9

на 5 апреля 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Мясо тушенное	57.60	86-73	15,97	15,64	3,17	204,64	№433-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	12-68	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Чай с сахаром с лимоном	200.15.7	5-31	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	27,08	21,85	73,87	588,45	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	46.60	68-53	15,29	11,09	3,61	189,69	№ 437-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	12-68	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Чай с сахаром	200	2-06	0,2	0,0	10,02	38,99	№693-2004
Сок	125	21-45	0,2	0,0	14,38	57,5	
Хлеб пшеничный йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,75	50,75	
Итого :		107-70	26,5	17,3	83,76	609,99	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с маслом растит	51	4-45	1,11	3,13	8,94	59,45	
Рассольник домашний с мясом и сметаной	10/250/10	35-49	7,98	8,74	13,02	150,52	№ 131-2004
Биточки мясные с соусом	90.30	63-93	14,6	17,78	10,39	251,66	№451-2004 №578-2004
Рис отварной	150	19-15	4,28	5,1	40,42	227,15	№ 511-2004
Компот из вишни	200	9-42	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб пшеничный йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	32,22	35,35	115,19	873,88	

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