

Утверждаю:  
ИП. Яркова Н.В.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9  
Ключко О.М.



## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 22 января 2024 г.

### Горячий завтрак 1 смена

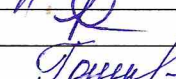
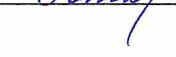
| Наименование блюда                                | Выход, г | Цена          | Белки        | Жиры         | Углев.       | ЭЦ, ккал     | № рецептуры |
|---------------------------------------------------|----------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| Каша «Дружба» вязкая на молоке с маслом сливочным | 200.10   | 35-42         | 9,54         | 8,37         | 43,63        | 301,46       | №302-2004   |
| Кофейный напиток с молоком                        | 200      | 16-35         | 4,78         | 7,7          | 22,07        | 151,34       | №692- 2004  |
| Хлеб ржаной с сыром                               | 30/25    | 29-28         | 6,74         | 5,71         | 8,02         | 119,5        |             |
| Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке      | 95       | 26-65         | 0,4          | 0,0          | 9,8          | 95           |             |
| <b>Итого :</b>                                    |          | <b>107-70</b> | <b>21,46</b> | <b>21,78</b> | <b>83,52</b> | <b>667,3</b> |             |

### Горячий завтрак 2 смена

| Наименование блюда            | Выход, г | Цена          | Белки       | Жиры         | Углев.       | ЭЦ, ккал      | № рецептуры |
|-------------------------------|----------|---------------|-------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Гуляш из говядины             | 47.60    | 67-26         | 15,29       | 11,09        | 3,61         | 189,69        | №437-2004   |
| Макароны отварные             | 180      | 14-01         | 6,18        | 4,96         | 43,97        | 240,96        | №516-2004   |
| Чай с сахаром                 | 200      | 2-00          | 0,2         | 0,0          | 10,02        | 38,99         | №685-2004   |
| Сок в индивидуальной упаковке | 125      | 21-45         | 0,2         | 0,0          | 14,38        | 57,5          |             |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный | 25       | 2-98          | 2,03        | 0,3          | 10,5         | 50,75         |             |
| <b>Итого :</b>                |          | <b>107-70</b> | <b>23,9</b> | <b>16,35</b> | <b>82,48</b> | <b>577,89</b> |             |

### Горячий обед

| Наименование блюда                  | Выход, г | Цена          | Белки        | Жиры        | Углев.        | ЭЦ, ккал      | № рецептуры            |
|-------------------------------------|----------|---------------|--------------|-------------|---------------|---------------|------------------------|
| Салат из свеклы с маслом растит     | 60       | 5-19          | 0,82         | 5,0         | 5,0           | 67,5          | ТТК                    |
| Суп гороховый с говядиной           | 33/250   | 51-33         | 9,18         | 7,84        | 22,3          | 196,92        | № 139-2004             |
| Тефтели 2 вариант с соусом томатным | 90/30    | 55-69         | 12,86        | 22,62       | 14,93         | 301,13        | №462-2004<br>№587-2004 |
| Пюре картофельное                   | 150      | 18-23         | 5,06         | 5,24        | 36,06         | 222,87        | № 520-2004             |
| Чай с сахаром                       | 200      | 2-00          | 0,2          | -           | 10,02         | 38,99         | №685-2004              |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный       | 50       | 5-96          | 4,05         | 0,6         | 21,0          | 101,5         |                        |
| <b>Итого за прием</b>               |          | <b>138-40</b> | <b>32,17</b> | <b>41,3</b> | <b>109,31</b> | <b>928,91</b> |                        |

Зав. производством:  Бакиева Е.С.  
Калькулятор:  Маклакова О.М.  
Соц. педагог:  Русанова Н.М.  
Мед. работник:  Галактионова Ю.В.

Утверждаю:  
ИТГ Яркова Н.В.



Согласовано  
Директор МАОУ СОШ № 9  
Ключко О.М.

## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 23 января 2024 г.

### Горячий завтрак

| Наименование блюда                                | Выход, г | Цена          | Белки       | Жиры         | Углев        | ЭЦ, ккал      | № рецептуры             |
|---------------------------------------------------|----------|---------------|-------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------|
| Куриное бедро запеченное<br>соус красный основной | 100.30   | 80-89         | 14,6        | 13,6         | 0,6          | 203,6         | № 494-2004<br>№528-1996 |
| Картофельное пюре                                 | 180      | 21-83         | 6,07        | 6,29         | 43,27        | 267,44        | №520-2004               |
| Чай с сахаром                                     | 200      | 2-00          | 0,2         | 0,0          | 10,02        | 38,99         | №685-2004               |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный                     | 25       | 2-98          | 2,03        | 0,3          | 10,5         | 50,75         |                         |
| <b>Итого :</b>                                    |          | <b>107-70</b> | <b>22,9</b> | <b>20,19</b> | <b>64,39</b> | <b>560,78</b> |                         |

### Горячий обед

| Наименование блюда                                 | Выход, г  | Цена          | Белки        | Жиры         | Углев         | ЭЦ, ккал     | № рецептуры |
|----------------------------------------------------|-----------|---------------|--------------|--------------|---------------|--------------|-------------|
| Салат овощной                                      | 60        | 7-37          | 0,75         | 9,06         | 4,66          | 103,32       | № 25-2004   |
| Рассольник ленинградский<br>с говядиной и сметаной | 10/250/10 | 31-51         | 8,78         | 8,74         | 20,1          | 185,52       | № 132-2004  |
| Гуляш из говядины                                  | 50.50     | 69-82         | 14,6         | 13,6         | 0,6           | 183,2        | № 494-2004  |
| Каша гречневая рассыпчатая                         | 150       | 14-42         | 8,78         | 5,91         | 45,0          | 273,06       | №508-2004   |
| Компот из вишни                                    | 200       | 9-32          | 0,2          | -            | 21,42         | 83,6         | №511-2013   |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный                      | 50        | 5-96          | 4,05         | 0,6          | 21,0          | 101,5        |             |
| <b>Итого за прием</b>                              |           | <b>138-40</b> | <b>37,16</b> | <b>37,91</b> | <b>112,78</b> | <b>930,2</b> |             |

Зав. производством: Бакиева Е.С.  
Калькулятор: Маклакова О.М.  
Соц. педагог: Русанова Н.М.  
Мед. работник: Мамедова Д.В.

Утверждено:  
ИП Яркова И.В.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М.

## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

### М е н ю

Столовая школы № 9

на 24 января 2024 г.

### Горячий завтрак

| Наименование блюда            | Выход, г | Цена          | Белки        | Жиры        | Углев        | ЭЦ, ккал      | № рецептуры |
|-------------------------------|----------|---------------|--------------|-------------|--------------|---------------|-------------|
| Плов из говядины              | 200      | 78-67         | 12,5         | 13,7        | 36,5         | 319,3         | №370-2013   |
| Чай с сахаром                 | 200      | 2-00          | 0,2          | 0,0         | 10,02        | 38,99         | №685-2004   |
| Сок в индивидуальной упаковке | 200      | 24-05         | 0,4          | 0,0         | 23,0         | 92,0          |             |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный | 25       | 2-98          | 2,03         | 0,3         | 10,5         | 50,75         |             |
| <b>Итого :</b>                |          | <b>107-70</b> | <b>15,13</b> | <b>14,0</b> | <b>80,02</b> | <b>501,04</b> |             |

### Горячий обед

| Наименование блюда                        | Выход, г  | Цена          | Белки        | Жиры         | Углев.        | ЭЦ, ккал      | № рецептуры            |
|-------------------------------------------|-----------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|------------------------|
| Салат «Степной»                           | 60        | 10-75         | 1,11         | 3,13         | 8,94          | 59,45         |                        |
| Щи с говядиной со сметаной                | 12/250/10 | 28-08         | 7,7          | 8,54         | 10,0          | 138,52        | № 124-2004             |
| Биточки мясные рубленые с соусом томатным | 90.30     | 63-59         | 14,6         | 17,78        | 10,39         | 251,52        | №451-2004<br>№578-2004 |
| Макароны отварные                         | 150       | 11-70         | 5,15         | 4,13         | 36,64         | 200,8         | № 516-2004             |
| Компот из шиповника                       | 200       | 18-32         | 0,8          | 0,0          | 29,96         | 120,0         | №705-2004              |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный             | 50        | 5-96          | 4,05         | 0,6          | 21,0          | 101,5         |                        |
| <b>Итого за прием</b>                     |           | <b>138-40</b> | <b>33,41</b> | <b>34,18</b> | <b>116,93</b> | <b>871,79</b> |                        |

Зав. производством:  Бакиева Е.С.

Калькулятор:  Маклакова О.М.

Соц. педагог:  Русанова Н.М.

Мед. работник:  Галактионова Ю.В.

Утверждаю:  
И.И. Яркова И.В.

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М.

## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 25 января 2024 г.

### Горячий завтрак

| Наименование блюда                              | Выход, г | Цена          | Белки        | Жиры         | Углев.        | ЭЦ, ккал      | № рецептуры            |
|-------------------------------------------------|----------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|------------------------|
| Тефтели мясные<br>с соусом томатным             | 80/30    | 50-24         | 12,86        | 22,62        | 14,93         | 301,13        | №462-2004<br>№587-2004 |
| Макароны отварные                               | 180      | 14-01         | 6,18         | 4,96         | 43,97         | 240,96        | №516-2004              |
| Компот из шиповника                             | 200      | 13-82         | 0,8          | 0,0          | 29,96         | 120,0         | №705-2004              |
| Йогуртовый продукт<br>в индивидуальной упаковке | 95       | 26-65         | 0,4          | 1,5          | 9,8           | 95            |                        |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный                   | 25       | 2-98          | 2,03         | 0,3          | 10,5          | 50,75         |                        |
| <b>Итого :</b>                                  |          | <b>107-70</b> | <b>22,27</b> | <b>29,38</b> | <b>109,16</b> | <b>807,84</b> |                        |

### Горячий обед

| Наименование блюда            | Выход, г  | Цена          | Белки        | Жиры         | Углев.       | ЭЦ, ккал     | № рецептуры |
|-------------------------------|-----------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| Огурцы свежие                 | 60        | 20-12         | 3,85         | 8,27         | 3,91         | 105,78       | № 70-2013   |
| Борщ с говядиной и сметаной   | 10/250/10 | 28-04         | 7,78         | 9,44         | 13,42        | 156,52       | № 110-2004  |
| Плов из говядины              | 200       | 79-07         | 12,5         | 13,7         | 36,5         | 319,3        | №370-2013   |
| Чай с сахаром с лимоном       | 200.15.7  | 5-21          | 0,3          | 0,0          | 15,2         | 60,0         | №686-2004   |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный | 50        | 5-96          | 4,05         | 0,6          | 21,0         | 101,5        |             |
| <b>Итого за прием</b>         |           | <b>138-40</b> | <b>28,48</b> | <b>32,01</b> | <b>90,03</b> | <b>743,1</b> |             |

Зав. производством: \_\_\_\_\_ Бакиева Е.С.

Калькулятор: \_\_\_\_\_ Маклакова О.М.

Соц. педагог: \_\_\_\_\_ Русанова Н.М.

Мед. работник: \_\_\_\_\_ Мамедова Д.В.

Утверждаю:  
ИП Яркова Н.В.



Согласовано:  
Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М.

## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 26 января 2024 г.

### Горячий завтрак

| Наименование блюда              | Выход, г | Цена   | Белки | Жиры  | Углев | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|---------------------------------|----------|--------|-------|-------|-------|----------|-------------|
| Жаркое по-домашнему из говядины | 200      | 78-31  | 17,56 | 21,55 | 22,34 | 348,78   | № 436-2004  |
| Чай с сахаром с лимоном         | 200.7    | 5-21   | 0,3   | 0,0   | 15,2  | 60,0     | №686-2004   |
| Сок в индивидуальной упаковке   | 125      | 21-45  | 0,2   | 0,0   | 14,38 | 57,5     |             |
| Хлеб «Славянский» ржаной        | 25       | 2-73   | 1,38  | 0,25  | 8,02  | 47,5     |             |
| Итого :                         |          | 107-70 | 19,44 | 21,8  | 59,94 | 513,78   |             |

### Горячий обед

| Наименование блюда                          | Выход, г  | Цена   | Белки | Жиры  | Углев. | ЭЦ, ккал | № рецептуры            |
|---------------------------------------------|-----------|--------|-------|-------|--------|----------|------------------------|
| Салат из свеклы с маслом растит             | 60        | 5-19   | 0,46  | 3,0   | 1,48   | 34,38    | № 17-2013              |
| Рассольник домашний с говядиной со сметаной | 11/250/10 | 33-68  | 7,98  | 8,74  | 13,02  | 150,52   | № 131-2004             |
| Биточки мясные рубленые с соусом томатным   | 90.30     | 63-59  | 14,6  | 17,78 | 10,39  | 251,66   | №451-2004<br>№578-2004 |
| Рис отварной.                               | 150       | 20-66  | 4,28  | 5,1   | 40,42  | 227,15   | № 511-2004             |
| Компот из вишни                             | 200       | 9-32   | 0,2   | -     | 21,42  | 83,6     | №511-2013              |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный               | 50        | 5-96   | 4,05  | 0,6   | 21,0   | 101,5    |                        |
| Итого за прием                              |           | 138-40 | 31,57 | 35,22 | 107,73 | 848,81   |                        |

Зав. производством:

Бакиева Е.С.

Калькулятор:

Маклакова О.М.

Соц. педагог:

Русанова Н.М.

Мед. работник:

Галактионова Ю.В.



Утверждаю:  
ИП Яркова Н.В.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М.

## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

с 22 по 26 января 2024 г.

### Экспресс завтрак

22.01.2024

| Наименование блюда                | Выход,гр | Цена  | Белки | Жиры | Углев | Ккал  |
|-----------------------------------|----------|-------|-------|------|-------|-------|
| Сдоба Выборгская со сгущ. молоком | 75       | 16-05 | 5,9   | 3,8  | 51,4  | 263,7 |
| Сок в индивидуальной упаковке     | 200      | 24-05 | 0,3   | 0,0  | 23,0  | 92,0  |
| Итого:                            |          | 40-10 | 6,2   | 3,8  | 74,4  | 355,7 |

23.01.2024

| Наименование блюда  | Выход,гр | Цена  | Белки | Жиры | Углев | Ккал  |
|---------------------|----------|-------|-------|------|-------|-------|
| Шаньга картофельная | 100      | 30-78 | 5,2   | 12,2 | 22,71 | 216,8 |
| Компот из вишни     | 200      | 9-32  | 0,2   | -    | 21,42 | 83,6  |
| Итого:              |          | 40-10 | 5,4   | 12,2 | 44,13 | 300,4 |

24.01.2024

| Наименование блюда | Выход,гр | Цена  | Белки | Жиры | Углев | Ккал   |
|--------------------|----------|-------|-------|------|-------|--------|
| Булочка «Майская»  | 80       | 38-10 | 5,9   | 3,8  | 51,4  | 263,7  |
| Чай с сахаром      | 200      | 2-00  | 0,2   | 0,0  | 10,02 | 38,99  |
| Итого:             |          | 40-10 | 6,1   | 3,8  | 61,42 | 302,69 |

25.01.2024

| Наименование блюда | Выход,гр | Цена  | Белки | Жиры | Углев | Ккал   |
|--------------------|----------|-------|-------|------|-------|--------|
| Курник             | 100      | 38-10 | 9,24  | 10,8 | 25,35 | 244,0  |
| Чай с сахаром      | 200      | 2-00  | 0,2   | -    | 10,02 | 38,99  |
| Итого:             |          | 40-10 | 9,44  | 10,8 | 35,37 | 282,99 |

26.01.2024

| Наименование блюда            | Выход,гр | Цена  | Белки | Жиры | Углев | Ккал  |
|-------------------------------|----------|-------|-------|------|-------|-------|
| Сдоба Выборгская с повидлом   | 75       | 16-05 | 5,9   | 3,8  | 51,4  | 263,7 |
| Сок в индивидуальной упаковке | 200      | 24-05 | 0,3   | 0,0  | 23,0  | 92,0  |
| Итого:                        |          | 40-10 | 6,2   | 3,8  | 74,4  | 355,7 |

Зав. производством:

Бакиева Е.С.

Калькулятор:

Маклакова О.М.

Соц. педагог:

Русанова Н.М.

Мед. работник:

Мамедова Д.В.