



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 20 ноября 2023 г.

Горячий завтрак 1 смена

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша «Дружба» вязкая на молоке с маслом сливочным	200.5	27-94	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	25.11	13-36	6,74	5,71	8,02	119,5	
Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке	95	26-65	0,4	0,0	9,8	95	
Яблоко	150	23-40	0,4	0,0	9,8	38	
Груша	230	71-30	0,9	0,7	23,7	108,1	
Сок в индивидуальной упаковке	500	76-70	1,0	0,0	0,55	225,0	
Пюре фруктовое	90	52-00	0,0	0,0	9,0	36,0	
Итого :		307-70	23,76	22,48	126,57	1074,4	

Горячий завтрак 2 смена

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	51.60	71-53	15,29	11,09	3,61	189,69	№437-2004
Макароны отварные	150	11-70	5,15	4,13	36,64	200,8	№516-2004
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Сок в индивидуальной упаковке	125	19-50	0,2	0,0	14,38	57,5	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Груша	230	71-30	0,9	0,7	23,7	108,1	
Сок в индивидуальной упаковке	500	76-70	1,0	0,0	0,55	225,0	
Пюре фруктовое	90	52-00	0,0	0,0	9,0	36,0	
Итого :		307-70	24,77	16,22	108,4	906,83	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с сыром	60	17-57	0,82	5,0	5,0	67,5	ТТК
Суп гороховый с говядиной	24/250	40-04	9,18	7,84	22,3	196,92	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом томатным	90/30	55-24	12,86	22,62	14,93	301,13	№462-2004 №587-2004
Пюре картофельное	150	17-60	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	32,17	41,3	109,31	928,91	

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



Утверждаю:
И.П. Яркова И.В.



Согласовано:
И.О. Директора МАОУ СОШ № 9
Григорьева Е.В.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 21 ноября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Куриное бедро запеченное соус красный основной	90.30	85-13	14,6	13,6	0,6	183,2	№ 494-2004 №528-1996
Картофельное пюре	150	17-60	5,06	5,24	36,06	222,87	№520-2004
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Мандарины	260	87-88	2,1	0,5	19,5	98,8	
Йогурт питьевой	290	76-70	8,1	5,8	34,5	223,3	
Кондитерское изделие (пирожное)	30	35-42	1,7	6,0	17,1	132,0	
Итого :		307-70	33,79	31,44	128,28	949,91	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат овощной	60	8-37	0,75	9,06	4,66	103,32	№ 25-2004
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	11/250/10	31-37	8,78	8,74	20,1	185,52	№ 132-2004
Гуляш из говядины	50.50	69-67	14,6	13,6	0,6	183,2	№ 494-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	15-12	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Компот из вишни	200	7-91	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	37,16	37,91	112,78	930,2	

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



Утверждаю:
И.И. Яркова Н.В.



Согласовано:
И.О. Директора МАОУ СОШ № 9
Григорьева Е.В.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 22 ноября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из говядины	51/150	79-98	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Сок в индивидуальной упаковке	200	22-75	0,4	0,0	23,0	92,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Апельсин	250	78-70	2,3	0,5	20,3	107,5	
Груша	230	71-30	0,9	0,7	23,7	108,1	
Печенье «Двойная радость»	50	50-00	2,50	11,0	31,5	235,0	
Итого :		307-70	20,83	26,2	155,52	951,64	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Степной»	60	11-14	1,11	3,13	8,94	59,45	
Щи с говядиной со сметаной	12/250/10	27-79	7,7	8,54	10,0	138,52	№ 124-2004
Биточки мясные рубленые с соусом томатным	90.30	63-50	14,6	17,78	10,39	251,52	№451-2004 №578-2004
Макароны отварные	150	11-70	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Компот из шиповника	200	18-31	0,8	0,0	29,96	120,0	№705-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	33,41	34,18	116,93	871,79	

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



Утверждаю:
И.П. Яркова И.В.



Согласовано:
И.О. Директора МАОУ СОШ № 9
Григорьева Е.В.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 23 ноября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Тефтели мясные с соусом томатным	85/30	52-56	12,86	22,62	14,93	301,13	№462-2004 №587-2004
Макароны отварные	150	11-70	5,15	4,13	36,64	200,08	№516-2004
Компот из шиповника	200	13-81	0,8	0,0	29,96	120,0	№705-2004
Йогуртовый продукт 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	
Груша	230	71-30	0,9	0,7	23,7	108,1	
Сок в индивидуальной упаковке	500	76-70	1,0	0,0	0,55	225,0	
Коктейль молочный	200	52-00	7,7	6,1	35,5	224,0	
Итого :		307-70	30,84	35,35	161,58	1324,06	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свежих помидор	60	19-20	3,85	8,27	3,91	105,78	№ 70-2013
Борщ с говядиной и сметаной	12/250/10	29-78	7,78	9,44	13,42	156,52	№ 110-2004
Плов из говядины	200	78-25	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	
Итого за прием		138-40	28,48	32,01	90,03	743,1	

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



Утверждаю:
И.П. Яркова Н.В.



Согласовано:
И.О. Директора МАОУ СОШ № 9
Григорьева Е.В.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

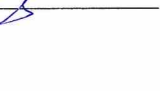
на 24 ноября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему из говядины	200	77-53	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	19-50	0,2	0,0	14,38	57,5	
Хлеб «Славянский» ржаной	50	5-46	2,75	0,5	16,04	95,0	
Мандарины	260	87-88	2,1	0,5	19,5	98,8	
Йогурт питьевой	290	76-70	8,1	5,8	34,5	223,3	
Кондитерское изделие (пирожное)	30	35-42	1,7	6,0	17,1	132,0	
Итого :		307-70	32,71	34,35	139,06	1015,38	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Веселая мазайка»	60	5-88	0,46	3,0	1,48	34,38	№ 17-2013
Рассольник домашний с говядиной со сметаной	13/250/10	35-25	7,98	8,74	13,02	150,52	№ 131-2004
Биточки мясные рубленые с соусом томатным	90.30	63-50	14,6	17,78	10,39	251,66	№451-2004 №578-2004
Рис отварной	150	19-90	4,28	5,1	40,42	227,15	№ 511-2004
Компот из вишни	200	7-91	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:  Антипова Е.Ю.
 Калькулятор:  Маклакова О.М.
 Соц. педагог:  Русанова Н.М.
 Мед. работник:  Преснякова О.А.