

«Утверждаю»
ИП Яркова Н.В.



И.О. Директора МАОУ СОШ № 9
Митрощенкова Н.Н.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

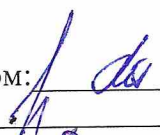
на 23 октября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	44.60	62-37	19,44	21,41	10,06	291,34	№ 437-2004
Макароны отварные	180	14-01	6,82	5,39	43,91	255,21	№ 516-2004
Чай с сахаром с лимоном	200.7	5-59	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Сок в индивидуальной упаковке	200	22-75	0,4	0,0	22,0	90,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	29,24	27,07	106,08	764,35	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат свекольный с огурцом	60	10-87	0,05	3,55	21	61,45	ТТК
Суп из овощей с говядиной со сметаной	14/250/10	30-48	5,31	4,97	12,35	117,23	№ 135-2004
Биточки рубленые из птицы запеченные, с соусом томатным	90.30	68-62	14,98	15,6	15,32	252,29	№498-2004 №587-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	14-56	8,44	10,82	42,28	290,05	№508-2004
Компот из вишни	200	7-91	0,2	-	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого :		138-40	33,54	35,48	142,19	940,22	

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
И.О. Директора МАОУ СОШ № 9
Митрощенко Н.Н.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

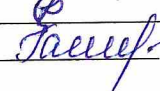
на 24 октября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Курица тушеная в соусе	63.30	78-50	14,15	15,16	16,3	242,87	№405-2013
Рис отварной	180	24-23	4,66	6,2	48,50	272,4	№ 511-2004
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	0,0	10,02	38,99	№693-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	21,29	21,63	89,73	622,06	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Синьор помидор»	60	6-79	0,05	3,55	21	61,45	ТТК
Солянка из птицы со сметаной	12/250/10	42-08	14,78	13,2	5,51	193,75	№ 158-2004
Гуляш из говядины	50.50	69-88	19,44	21,41	10,06	291,34	№ 437-2004
Макаронь отварные	150	11-70	5,68	4,49	36,59	212,67	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	0,0	10,02	38,99	№693-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого :		138-40	44-71	43,19	113,0	933,8	

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:

И.О. Директора МАОУ СОШ № 9
Митрощенкова Н.Н.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 25 октября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Огурцы свежие (поджаривание)	37	6-40	0,4	0,1	1,0	7,0	№ 70-2013
Котлеты мясные с соусом	100.30	70-02	29,35	12,53	9,38	215,51	№451-2004 №578-2004
Пюре картофельное	180	20-39	3,68	5,87	26,28	180,07	№ 520-2004
Компот из вишни	200	7-91	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	35,91	18,77	72,99	553,98	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат овощной	60	7-36	0,5	3,55	21	61,45	ТТК
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	13/250/10	36-18	6,39	7,07	21,01	152,23	№ 132-2004
Бефстроганов из говядины	50.50	75-21	19,44	21,41	10,06	291,34	№423-2004
Макароны отварные	150	11-70	5,68	4,49	36,59	212,67	№516-2004
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого :		138-40	36,77	37,06	128,5	892,28	

Зав. производством:

Калькулятор:

Соц. педагог:

Мед. работник:

Бакиева Е.С.

Маклакова О.М.

Русанова Н.М.

Мамедова Д.В.



И.О. Директора МАОУ СОШ № 9
Митрощенкова Н.Н.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 26 октября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	40.60	57-08	19,44	21,41	10,06	291,34	№ 437-2004
Макароны отварные	180	14-01	6,82	5,39	43,91	255,21	№516-2004
Компот из смородины	200	14-13	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Сок в индивидуальной упаковке	125	19-50	0,25	0,0	14,38	57,5	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	28,99	27,07	104,68	755,45	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Степной»	60	11-39	0,5	3,55	21	61,45	№ 25-2004
Суп лапша домашняя с курицей	17/250	31-88	4,91	5,77	16,5	194	№ 148-2004
Жаркое по-домашнему	200	77-46	13,55	15,38	32,62	320,48	№436-2004
Компот из шиповника	200	12-21	0,8	0,0	29,96	120	№705-2004
Хлеб «Славянский» ржаной	50	5-46	4,56	0,24	29,82	114	
Итого :		138-40	24,32	24,94	129,9	809,93	

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

«Утверждено»
ИП Яркова Н.В.



Согласовано:

И.О. Директора МАОУ СОШ № 9
Митрощенкова Н.Н.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 27 октября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Минтай запеченный со сметаной и сыром	100	50-68	23,48	7,02	3,5	172,41	№ 341-2013
Пюре картофельное	180	20-39	3,68	5,87	26,28	180,07	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Булочка «Майская»	70	31-66	6,0	17,5	32,9	308,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	35,64	30,66	87,61	767,27	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Винегрет овощной	60	13-31	0,8	6,1	4,1	74,4	№ 71-2004
Щи с говядиной со сметаной	15/250/10	32-04	5,79	7,77	11,21	138,31	№ 124-2004
Плов из мяса	200	79-18	15,06	19,43	45,19	405,79	№370-2013
Компот из вишни	200	7-91	0,36	0,0	33,16	127,45	№ 630-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого :		138-40	26,57	33,84	123,48	881,55	

Зав. производством:

Калькулятор:

Соц. педагог:

Мед. работник:

Бакиева Е.С.

Маклакова О.М.

Русанова Н.М.

Мамедова Д.В.



«Утверждаю»
ИП Яркин И.В.

Согласовано
И.О. Директора МАОУ СОШ № 9
Митрощенкова Н.Н.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

23 по 27 октября 2023 г.

Экспресс завтрак

23.10.2023

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская со сгущ. молоком	80	17-35	5,9	3,8	51,4	263,7
Сок в индивидуальной упаковке	200	22-75	0,3	0,0	23,0	92,0
Итого:		40-10	6,2	3,8	74,4	355,7

24.10.2023

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Шаньга картофельная	100	32-19	5,2	12,2	22,71	216,8
Компот из вишни	200	7-91	0,2	-	21,42	83,6
Итого:		40-10	5,4	12,2	44,13	300,4

25.10.2023

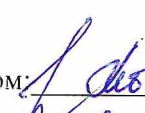
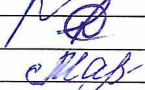
Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Булочка «Майская»	80	38-11	5,9	3,8	51,4	263,7
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	6,1	3,8	61,42	302,69

26.10.2023

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Курник	100	38-11	9,24	10,8	25,35	244,0
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	-	10,02	38,99
Итого:		40-10	9,44	10,8	35,37	282,99

27.10.2023

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с повидлом	80	17-35	5,9	3,8	51,4	263,7
Сок в индивидуальной упаковке	200	22-75	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:  Амедова Д.В.