

Утверждаю:

ИП Яркова Н.В.



Согласовано:

И.о. директора МАОУ СОШ № 9

Григорьева Е.В.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! Меню

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	-	9,8	95	
Яблоко	150	23-40	0,4	-	9,8	38	
Итого :		107-70	21,86	21,78	93,32	705,3	

Горячий завтрак 2 смена

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	49.60	69-22	15,29	11,09	3,61	189,69	№437-2004
Макароны отварные	180	14-01	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	
Итого :		107-70	22,87	15,52	75,15	537,73	

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	39-65	9,18	7,84	22,3	196,92	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом томатным	90/30	55-63	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:

Бакиева Е.С.

Калькулятор:

Маклакова О.М.

Соц. педагог:

Русанова Н.М

Мед. работник:

Галактионова Ю.В.

Утверждаю:
ИП Яринова Н.В.



Согласовано:

И.о. директора МАОУ СОШ № 9
Григорьева Е.В.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

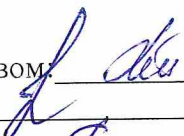
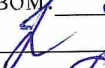
на 21 ноября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Куриное бедро запеченное соус красный основной	90.30	81-67	14,6	13,6	0,6	183,2	№ 494-2004 №528-1996
Картофельное пюре	180	21-06	6,07	6,29	43,27	267,44	№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	
Итого :		107-70	22,9	20,19	64,39	540,38	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат овощной	60	7-04	0,75	9,06	4,66	103,32	№ 25-2004
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	10/250/10	32-03	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	15-64	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:  Бакиева Е.С.
Калькулятор:  Маклакова О.М.
Соц. педагог:  Русанова Н.М.
Мед. работник:  Мамедова Д.В.

Утверждено:
ИП 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	
Итого :		107-70	15,13	14,0	80,02	501,04	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Степной»	60	11-28	1,11	3,13	8,94	59,45	
Щи с говядиной со сметаной	11/250/10	27-56	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 №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:

Бакиева Е.С.

Калькулятор:

Маклакова О.М.

Соц. педагог:

Русанова Н.М.

Мед. работник:

Галактионова Ю.В.

Утверждаю:
ИП 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	80/30	50-25	12,86	22,62	14,93	301,13	№462-2004 №587-2004
Макароны отварные	180	14-01	6,18	4,96	43,97	240,96	№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	
Итого :		107-70	22,27	29,38	109,16	807,84	

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: _____ 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

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	
Итого :		107-70	20,81	22,05	67,96	561,28	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Веселая мозайка»	60	6-25	0,46	3,0	1,48	34,38	№ 17-2013
Рассольник домашний с говядиной со сметаной	11/250/10	34-79	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 №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:

Бакиева Е.С.

Калькулятор:

Маклакова О.М.

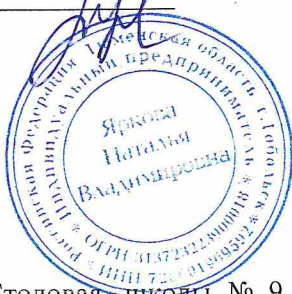
Соц. педагог:

Русанова Н.М.

Мед. работник:

Галактионова Ю.В.

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



Согласовано:

И.О. директора МАОУ СОШ № 9
Григорьева Е.В.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

с 20 по 24 ноября 2023 г.

Экспресс завтрак

20.11.2023

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

21.11.2023

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

22.11.2023

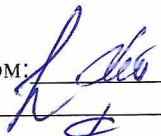
Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Булочка «Майская»	80	38-11	5,9	3,8	51,4	263,7
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	6,1	3,8	61,42	302,69

23.11.2023

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

24.11.2023

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:  Мамедова Д.В.