

Утверждено
ИП Яркова Н.В.

Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 9 октября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Помидоры свежие (подгариновка)	63	10-01	0,9	0,1	3,0	12,8	№106-2013
Курица, в соусе с томатом	70,50	69-18	14,15	15,16	16,3	242,87	№405-2013
Макароны отварные	150	11-40	5,68	4,49	36,59	212,67	№ 516-2004
Компот из смородины	200	14-13	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	23,21	20,02	92,22	619,74	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с м/растит	60	4-87	0,05	3,55	21	61,45	ТТК
Суп из овощей с говядиной со сметаной	10/250/10	27-21	5,31	4,97	12,35	117,23	№ 135-2004
Биточки рубленые из птицы запеченные, с соусом томатным	90,30	55-14	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
Сок в индивидуальной упаковке	200	22-75	0,4	0,0	22,0	92,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого :		138-40	33,94	35,48	164,19	1032,22	

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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Меню

Столовая школы № 9

на 10 октября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему из говядины	200	77-20	13,53	15,37	32,61	320,48	№ 436-2004
Чай с сахаром с лимоном	200.6	5-02	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Сок в индивидуальной упаковке	200	22-75	0,4	0,0	23,0	92,0	
Хлеб «Славянский» ржаной	25	2-73	2,28	0,12	14,91	57	
Итого :		107-70	16,51	15,49	85,72	529,48	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Синьор помидор»	60	6-42	0,05	3,55	21	61,45	ТТК
Солянка из птицы со сметаной	22/250/10	43-21	14,78	13,2	5,51	193,75	№ 158-2004
Гуляш из говядины	50.50	69-42	19,44	21,41	10,06	291,34	№ 437-2004
Макароны отварные	150	11-40	5,68	4,49	36,59	212,67	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	-	10,02	38,99	№693-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	6,84	0,81	29,82	136,2	
Итого :		138-40	46,99	47,66	113,0	934,4	

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



Горячий завтрак 1 смена

Горячий завтрак 2 смена

Горячий обед

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 О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 12 октября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свежих огурцов	60	12-83	0,6	4,1	2,0	47,1	№ 17-2013
Биточки рубленые из птицы запеченные, с соусом томатным	100.30	60-74	16,64	17,33	17,02	280,32	№ 498-2004
Картофельное пюре	150	17-02	3,07	4,89	21,9	150,06	№ 520-2004
Компот из смородины	200	14-13	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	22,79	26,59	77,25	628,88	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Солнечный зайчик»	60	8-20	0,5	3,55	21	61,45	ТТК
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	14/250/10	36-18	6,39	7,07	21,01	152,23	№ 132-2004
Бефстроганов из говядины	50.50	74-67	19,44	21,41	10,06	291,34	№ 423-2004
Макароны отварные	150	11-40	5,68	4,49	36,59	212,67	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	-	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: Антипова Е.Ю.
Калькулятор: Маклакова О.М.
Соц. педагог: Русанова Н.М.
Мед. работник: Преснякова О.А.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 13 октября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Бефстроганов из говядины	40.60	63-05	19,44	21,41	10,06	291,34	№ 423-2004
Макароны отварные	150	11-40	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
Яблоко	165	28-28	0,6	0,0	13,4	66,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный.	25	2-98	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	28,2	26,17	84,98	676,8	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Винегрет овощной	60	12-08	0,8	6,1	4,1	74,4	№ 71-2004
Щи с говядиной со сметаной	16/250/10	34-09	5,79	7,77	11,21	138,31	№ 124-2004
Плов из мяса	200	78-36	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: Антипова Е.Ю.
Калькулятор: Маклакова О.М.
Соц. педагог: Русанова Н.М.
Мед. работник: Преснякова О.А.