



Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 2 февраля 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	130	87-48	17	9	5	172	№437-2004
Макаронные изделия отварные	150	14-34	5	6	35	221	№516-2004
Чай с сахаром	200	2-01	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого :	505	107-70	24	15	61	483	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша жидкая пшенная	205	35-08	4	5	19	221	№311-2004
Кофейный напиток	200	21-54	5	8	22	151	№692- 2004
Бутерброд с сыром	45	18-12	7	10	9	157	№3-2004
Кисломолочный продукт	95	32-96	-	-	10	95	
Итого :		107-70	16	23	60	624	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	12-60	2	3	3	57	№37-2004
Суп картофельный с бобовыми	260	21-80	9	6	22	185	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом	120	68-71	9	9	10	162	№462-2004 №528-1996
Пюре картофельное	150	25-55	3	7	22	164	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-01	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	50	7-73	4	-	22	102	
Итого за прием		138-40	27	25	89	709	

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

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 3 февраля 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Плов из птицы	250	90-94	19	19	34	385	№492-2004
Напиток из плодов шиповника	200	9-03	-	-	24	94	№705-2004
Хлеб пшеничный	50	7-73	4	-	22	102	
Итого :	500	107-70	23	19	80	581	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	205	56-17	20	33	4	398	№340-2004
Какао с молоком	200	24-45	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2		11	51	
Сок	125	23-21	-	-	14	56	
Итого :		107-70	27	38	62	695	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	5-52	1	2	2	34	№37-2004
Щи из свежей капусты с картофелем	270	26-22	5	7	10	127	№ 124-2004
Котлеты с соусом	120	64-00	5	5	34	206	№451-2004 №528-1996
Макаронны изделия отварные	150	14-34	5	6	35	221	№ 516-2004
Какао с молоком	200	24-45	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2		11	51	
Итого за прием		138-40	23	25	125	829	

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 4 февраля 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	205	56-17	20	33	4	398	№340-2004
Какао с молоком	200	24-45	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2		11	51	
Сок	125	23-21	-	-	14	56	
Итого :	555	107-70	27	38	62	695	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	130	87-48	17	9	5	172	№437-2004
Макаронные изделия отварные	150	14-34	5	6	35	221	№516-2004
Чай с сахаром	200	2-01	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого :	505	107-70	24	15	61	483	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	7-55	1	2	2	34	№37-2004
Рассольник ленинградский	270	32-91	6	7	20	174	№ 132-2004
Бедро куриное запеченное	130	69-82	8	11	1	169	№ 494-2004 №528-1996
Каша рассыпчатая гречневая	150	14-96	9	8	43	279	№508-2004
Компот из ягод	200	9-29	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	27	28	105	823	

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 5 февраля 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Котлеты с соусом	120	53-92	5	5	34	206	№451-2004 №528-1996
Пюре картофельное	150	25-55	3	7	22	164	№520-2004
Компот из ягод	200	9-29	1	-	28	116	№511-2013
Бутерброд с сыром	45	18-94	7	10	9	157	№3-2004
Итого :	515	107-70	16	22	93	643	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша жидкая пшенная	205	35-08	4	5	19	221	№311-2004
Кофейный напиток	200	21-54	5	8	22	151	№692-2004
Бутерброд с сыром	45	18-12	7	10	9	157	№3-2004
Кисломолочный продукт	95	32-96	-	-	10	95	
Итого :		107-70	16	23	60	624	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	30-15	2	3	3	57	№ 37-2004
Борщ с капустой и картофелем	270	34-93	5	8	13	145	№110-2004
Плов	200	58-97	12	13	47	350	№443-2004
Чай с лимоном	207	6-62	-	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	50	7-73	4	-	22	102	
Итого за прием		138-40	23	24	100	714	

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 6 февраля 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Мясо тушенное	100	68-83	15	6	4	132	№433-2004
Каша рассыпчатая гречневая	150	14-96	9	8	43	279	№508-2004
Чай с лимоном	207	6-62	-	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	50	7-73	4	1	22	102	
Кондитерское изделие	40	9-56	15	28	84	152	
Итого:	547	107-70	43	43	168	725	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Рыба, запеченная со сметаной и сыром	90	57-16	21	15	4	233	№341-2013
Пюре картофельное	150	25-55	3	7	22	164	№520-2004
Чай с сахаром	200	2-01	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Сдоба выборгская	50	19-11	3	3	28	154	
Итого :		107-70	29	25	75	641	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	9-05	1	2	2	34	№37-2004
Рассольник домашний	270	34-51	6	7	13	139	№ 131-2004
Биточки с соусом	120	57-33	5	5	34	206	№451-2004 №528-1996
Рис отварной	150	24-35	4	6	39	225	№ 511-2004
Компот из ягод	200	9-29	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	19	20	127	771	

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