



Утверждаю
ИП Яркова Н.В.



Согласовано
Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 11 сентября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свежих огурцов	60	12-55	0,6	4,1	2,0	47,1	№ 17-2013
Курица, в соусе с томатом	70.50	69-36	14,15	15,16	16,3	242,87	№405-2013
Макароны отварные	150	11-33	5,68	4,49	36,59	212,67	№ 516-2004
Компот ягодный	200	11-48	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	22,91	24,02	91,22	654,04	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с м/растит	63	5-77	0,05	3,55	21	61,45	ТТК
Суп из овощей с говядиной со сметаной	10/250/10	26-61	5,31	4,97	12,35	117,23	№ 135-2004
Биточки рубленые из птицы запеченные, с соусом томатным	90,30	55-04	14,98	15,6	15,32	252,29	№498-2004 №587-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	14-36	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.



Утверждаю:
ИП Ярёва Н.В.



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

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 12 сентября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему из говядины	200	77-99	13,53	15,37	32,61	320,48	№ 436-2004
Чай с сахаром с лимоном	200.4	4-23	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
Помидоры свежие	60	7-93	0,05	3,55	21	61,45	№ 12-2013
Солянка из птицы со сметаной	250/10	41-59	14,78	13,2	5,51	193,75	№ 158-2004
Гуляш из говядины	50.50	69-60	19,44	21,41	10,06	291,34	№ 437-2004
Макароны отварные	150	11-33	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: _____ 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 13 сентября 2023 г.

Горячий завтрак 1 смена

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный с маслом	200.5	59-78	19,54	21,54	3,03	378,4	№ 340-2004
Какао на молоке	200	18-31	3,15	3,2	24,75	125,87	№ 693-2004
Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке	95	26-65	0,4	0,0	9,8	95	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-96	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	25,37	25,01	52,49	667,07	

Горячий завтрак 2 смена

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из говядины	51.150	80-12	15,06	19,43	45,19	405,79	№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	22,0	90,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-84	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	17,94	19,70	92,12	602,58	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Артамоша»	60	16-82	0,5	3,55	21	61,45	ТТК
Суп лапша домашняя с курицей	16/250	25-92	4,91	5,77	16,5	194	№ 148-2004
Жаркое по-домашнему	200	77-99	13,55	15,38	32,62	320,48	№436-2004
Компот из шиповника	200	12-21	0,8	-	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: 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

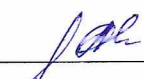
на 14 сентября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свежих помидор	63	10-27	0,6	4,1	2,0	47,1	№ 22-2013
Биточки рубленые из птицы запеченные, с соусом томатным	100.30	60-64	16,64	17,33	17,02	280,32	№ 498-2004
Картофельное пюре	150	19-68	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	9-26	0,5	3,55	21	61,45	ТТК
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	11/250/10	34-92	6,39	7,07	21,01	152,23	№ 132-2004
Бефстроганов из говядины	50.50	74-94	19,44	21,41	10,06	291,34	№423-2004
Макароны отварные	150	11-33	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.

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9

на 15 сентября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Бефстроганов из говядины	40.60	63-00	19,44	21,41	10,06	291,34	№ 423-2004
Макароны отварные	150	11-33	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	28-40	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	13-48	0,8	6,1	4,1	74,4	№ 71-2004
Щи с говядиной со сметаной	14/250/10	32-35	5,79	7,77	11,21	138,31	№ 124-2004
Плов из мяса	200	78-70	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.