

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



Согласовано:
Директор МОУ СОШ № 9



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 6 октября 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Птица тушеная в соусе с овощами	90	60-47	6	5	8	107	№488-2004
Макаронные изделия отварные	150	14-34	5	6	35	221	№516-2004
Чай с лимоном	207	6-07	-	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	25	3-61	2	-	11	51	
сок	125	23-21	-	-	14	56	
Итого :		107-70	13	11	83	495	

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов	200	78-79	22	12	38	350	№443-2004
Чай с сахаром	200	2-09	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-61	2	-	11	51	
Сок	125	23-21	-	-	14	56	
Итого :		107-70	24	12	73	496	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	12-37	1	2	2	34	№ 37-2004
Суп из овощей	270	27-59	6	7	13	138	№ 135-2004
Шницель с соусом	120	69-22	5	5	34	206	№451-2004
Каша рассыпчатая гречневая	150	14-83	9	8	43	279	№528-1996
Компот из ягод	200	10-78	1	-	28	116	№508-2004
Хлеб пшеничный	25	3-61	2	-	11	51	№511-2013
Итого :		138-40	24	22	131	824	

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 МБОУ СОШ № 9
Кочнев В.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 7 октября 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему	200	70-40	18	10	22	250	№436-2004
Компот из ягод	200	10-78	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб ржаной	25	3-31	1	-	8	48	
сок	125	23-21	-	-	14	56	
Итого :		107-70	20	10	72	470	

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша жидкая геркулесовая	205	33-96	6	19	36	232	№311-2004
Кофейный напиток	200	21-68	5	8	22	151	№692-2004
Бутерброд с сыром	45	22-03	7	10	9	157	№3-2004
Кисломолочный продукт	95	30-03	-	-	10	95	
Итого :		107-70	18	37	77	635	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из вареных овощей	60	12-89	1	2	2	34	№ 37-2004
Солянка из птицы	260	29-85	15	14	5	202	№ 158-2004
Гуляш	90	53-12	12	6	4	119	№ 437-2004
Макаронные изделия отварные	150	14-34	5	6	35	221	№ 516-2004
Какао с молоком	200	24-59	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-61	2	-	11	51	
Итого :		138-40	40	33	90	817	

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 МАО



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 8 октября 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов	200	78-79	22	12	38	350	№443-2004
Чай с сахаром	200	2-09	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-61	2	-	11	51	
Сок	125	23-21	-	-	14	56	
Итого :		107-70	24	12	73	496	

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	90	64-45	12	6	4	119	№ 437-2004
Макаронные изделия отварные	150	14-34	5	6	35	221	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	2-09	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-61	2	-	11	51	
Сок	125	23-21	-	-	14	56	
Итого :		107-70	19	12	74	486	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	24-59	1	2	2	34	№37-2004
Рассольник ленинградский	270	31-07	6	7	20	174	№ 132-2004
Бефстроганов	90	62-21	16	11	5	183	№423-2004
Каша рассыпчатая гречневая	150	14-83	9	8	43	279	№508-2004
Чай с сахаром	200	2-09	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-61	2	-	11	51	
Итого :		138-40	32	28	91	760	

Зав. производством:

Калькулятор:

Соц. педагог:

Мед. работник:

Антипова Е.Ю.

Маклакова О.М.

Русанова Н.М.

Преснякова О.А.

Утверждаю:

ИП Яркова Н.В.



Составлено

Директор МАО



Ш № 9

Почко О.М

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9

на 9 октября 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Котлеты рубленые из птицы с соусом	120	62-51	18	23	13	334	№498-2004 №528-1996
Пюре картофельное	150	22-59	3	7	7	164	№520-2004
Компот из ягод	200	9-43	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-61	2	-	11	51	
Кондитерское изделие	20	9-56	-	3	15	92	
Итого :		107-70	24	33	74	757	

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Запеканка «Царская» с молоком сгущенным	170	86-50	13	11	27	259	10/5-2011
Чай с сахаром	200	2-09	-	-	10	39	№685-2004
Сдоба Выборгская	130	19-11	8	9	73	401	
Итого :		107-70	21	20	110	699	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из вареных овощей	60	20-10	1	2	2	34	№ 37-2004
Щи из свежей капусты с картофелем	270	38-51	5	7	10	127	№ 124-2004
Плов	200	65-40	22	12	38	350	№443-2004
Компот из ягод	200	10-78	1	-	28	116	№ 511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-61	2	-	11	51	
Итого :		138-40	31	21	89	678	

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 10 октября 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	90	63-96	12	6	4	119	№437-2004
Каша рассыпчатая гречневая	150	14-83	9	8	43	279	№508-2004
Чай с сахаром	200	2-09	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-61	2	-	11	51	
Сок	125	23-21	-	-	14	56	
Итого :		107-70	23	14	82	544	

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Бедро куриное запеченное с соусом	130	79-41	21	20	1	265	№ 494-2004 №528-1996
Картофельное пюре	150	22-59	3	7	22	164	№520-2004
Чай с сахаром	200	2-09	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-61	2	-	11	51	
Итого :		107-70	26	27	44	519	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	24-59	1	2	2	34	37-2004
Суп - лапша домашняя	260	36-88	5	7	14	135	№ 148-2004
Жаркое по-домашнему	200	64-40	18	10	22	250	№436-2004
Напиток из плодов шиповника	200	9-22	-	-	24	94	№705-2004
Хлеб ржаной	25	3-31	1	-	8	48	
Итого :		138-40	25	19	70	561	

Зав. производством:

Антипова Е.Ю.

Калькулятор:

Маклакова О.М.

Соц. педагог:

Русанова Н.М.

Мед. работник:

Преснякова О.А.