



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 20 мая 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

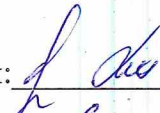
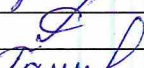
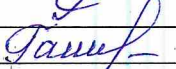
Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	42.60	64-23	15,29	11,09	3,61	189,69	№ 437-2004
Макароны отварные	180	13-84	6,18	4,96	43,97	240,96	№ 516-2004
Чай с сахаром с лимоном	200.15.7	5-20	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,75	50,75	
Сок	125	21-45	0,2	0,0	14,38	57,5	
Итого :		107-70	24,0	16,35	87,91	598,9	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша вязкая «Дружба»	200.10	36-17	9,54	8,37	43,63	301,46	№302-2004
Кофейный напиток	200	17-45	4,78	7,7	22,07	151,34	№692- 2004
Хлеб ржаной с сыром	27/25	27-43	6,74	5,71	8,02	119,5	
йогурт	95	26-65	0,4	0,0	9,8	95	
Итого :		107-70	21,46	21,78	83,52	667,3	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с м/растит	60	6-37	0,63	3,0	2,17	38,37	№ 22-2013
Солянка из птицы со сметаной	250/10	33-33	16,8	15,3	4,82	214,6	№ 158-2004
Биточки рубленные куриные с соусом	90.30	54-26	15,29	11,09	3,61	189,69	№498-2004 №587-2004
Картофельное пюре	150	18-95	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 516-2004
Какао на молоке	200	19-53	4,98	5,36	22,58	154,34	№693-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		138-40	46,81	40,59	90,24	921,37	

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:
Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 21 мая 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Курица тушеная в соусе	82.50	78-29	14,15	15,16	16,3	242,87	№405-2013
Рис отварной	180	24-26	4,66	6,2	48,50	272,4	№ 511-2004
Чай с сахаром	200	2-17	0,2	0,0	10,02	38,99	№693-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,75	50,75	
Итого :		107-70	21,04	21,66	85,57	605,01	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Куриное бедро запеченное	95.30	79-88	14,6	13,6	0,6	203,6	№ 494-2004
Картофельное пюре	180	22-67	6,07	6,29	43,27	267,44	№520-2004
Чай с сахаром	200	2-17	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	22,9	20,19	64,39	560,78	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Артамоша»	53	16-78	3,55	5,77	3,42	47,74	
Суп из овощей с мясом со сметаной	10/250/10	28-31	6,02	7,9	14,6	155,4	№ 135-2004
Котлеты рубленые запеченные, с соусом томатным	90.30	64-25	14,6	17,78	10,39	251,66	№451-2004 №578-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	13-57	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Компот св замор. ягод	200	9-53	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб пшеничный йодированный	50	5-96	4,06	0,6	21,0	101,5	
Итого :		138-40	37,21	37,96	115,83	912,96	

Зав. производством: Бакиева Е.С.
Калькулятор: Маклакова О.М.
Соц. педагог: Русанова Н.М.
Мед. работник: Мамедова Д.В.

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



СОШ № 9
Ключко О.М

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! Меню

Столовая школы № 9

на 22 мая 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Котлеты мясные с соусом	100.30	70-68	14,6	17,78	10,39	251,66	№451-2004 №578-2004
Картофельное пюре	180	22-67	6,07	6,29	43,27	267,44	№ 520-2004
Компот св замор. Ягод	200	11-37	0,16	0,0	17,03	66,05	№511-2013
Хлеб пшеничный йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,75	50,75	
Итого :		107-70	23,06	24,39	81,74	639,9	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из мяса	198	78-50	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Чай с сахаром	200	2-17	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Сок	200	24-05	0,4	0,0	23,0	92,0	
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 «Полоньинский»	60	17-95	0,67	6,0	2,99	68,58	№ 24-2004
Суп лапша домашняя с курицей	10/250	20-35	6,4	5,7	10,1	117	№ 148-2004
Жаркое по-домашнему	200	80-55	17,56	21,55	22,34	348,78	№436-2004
Компот из шиповника	200	14-09	0,8	-	29,96	120	№705-2004
Хлеб ржаной	50	5-46	2,75	0,5	16,04	95,0	
Итого :		138-40	28,18	33,75	81,43	749,36	

Зав. производством: Бакиева Е.С.
Калькулятор: Маклакова О.М.
Соц. педагог: Русанова Н.М.
Мед. работник: Галактионова Ю.В.

Утверждаю:
ИП Ястребова Н.В.



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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 23 мая 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	45.60	64-81	15,29	11,09	3,61	189,69	№ 437-2004
Каша гречневая рассыпчатая	180	16-29	10,54	7,09	54,0	327,67	№508-2004
Чай с сахаром	200	2-17	0,2	0,0	10,02	38,99	№693-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,75	50,75	
Сок	125	21-45	0,2	0,0	14,38	57,5	
Итого :		107-70	28,26	18,48	92,76	664,6	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Тефтели 2 вариант с соусом	80/30	50-14	12,86	22,62	14,93	301,13	№462-2004 №587-2004
Макароны отварные	180	13-84	6,18	4,96	43,97	240,96	№516-2004
Компот из шиповника	200	14-09	0,8	0,0	29,96	120,0	№705-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
йогурт	95	26-65	0,4	1,5	9,8	95	
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 свеклы с м/растит	60	6-37	0,63	3,0	2,17	38,37	№ 22-2013
Солянка из птицы со сметаной	250/10	33-33	16,8	15,3	4,82	214,6	№ 158-2004
Курица тушеная в соусе	63.50	61-66	14,15	15,16	16,3	242,87	№405-2013
Макароны отварные	150	11-55	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Какао на молоке	200	19-53	4,98	5,36	22,58	154,34	№693-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		138-40	45,76	43,55	103,51	952,48	

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:

Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 24 мая 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Рыба запеченный со сметаной и сыром	100	56-76	21,4	14,5	4,3	233,2	№ 341-2013
Пюре картофельное	180	22-67	6,07	6,29	43,27	267,44	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-17	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Выпечка	65	23-12	5,15	2,1	27,0	141,0	
Итого :		107-70	34,85	23,19	95,09	731,38	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему	198	78-32	17,56	21,55	22,34	348,78	№ 436-2004
Чай с лимоном	200.15.7	5-20	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб ржаной	25	2-73	1,38	0,25	8,02	47,5	
Сок	125	21-45	0,2	0,0	14,38	57,5	
Итого :		107-70	19,44	21,8	59,94	513,78	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Винегрет овощной	60	12-68	1,09	6,05	4,22	76,51	№ 71-2004
Щи с мясом со сметаной	10/250/11	29-36	7,7	8,54	10,0	138,52	№ 124-2004
Плов из мяса	200	80-87	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Компот из вишни	200	9-53	0,16	0,0	17,03	66,05	№ 630-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		138-40	25,5	28,89	88,75	701,88	

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
Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

с 20 по 24 мая 2024 г.

Экспресс завтрак

20.05.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сыр	17	16-05	4,4	4,4	0,0	58,5
Макарёны отварные с соусом	180.30	18-90	7,35	6,23	47,24	276,04
Чай с сахаром	200	2-17	0,2	0,0	10,02	38,99
Хлеб пшеничный йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75
Итого:		40-10	13,98	10,93	67,76	424,28

21.05.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Котлета рубленая из птицы	58	31-97	10,6	11,1	10,9	179,5
Чай с сахаром	200	2-17	0,2	0,0	10,02	38,99
Хлеб пшеничный йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5
Итого:		40-10	14,85	11,7	41,92	319,99

22.05.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба «Майская»	75	37-93	6,4	18,8	35,3	300,0
Чай с сахаром	200	2-17	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	6,6	18,8	45,32	338,99

23.05.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сыр	10	10-62	2,5	2,3	0,1	31,1
Каша гречневая рассыпчатая с соусом	180.30	21-35	8,78	5,91	45,0	273,06
Чай с сахаром	200	2-17	0,2	0,0	10,02	38,99
Хлеб пшеничный йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5
Итого:		40-10	15,53	8,81	76,12	444,65

24.05.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с сахаром	110	37-93	7,5	13,2	60,9	394,0
Чай с сахаром	200	2-17	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	7,7	13,2	70,92	432,99

Зав. производством: Бакиева Е.С.
Калькулятор: Маклакова О.М.
Соц. педагог: Русанова Н.М.
Мед. работник: Мамедова Д.В.