

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



Составлено:
Директор МАОУ СОШ № 9
Климова О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 25 сентября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	46.60	64-98	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 с лимоном	200.7	5-59	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Сок в индивидуальной упаковке	200	22-75	0,4	0,0	22,0	90,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	28,1	26,17	98,76	721,81	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с м/растит	60	4-50	0,05	3,55	21	61,45	№ 17-2013
Суп из овощей с говядиной со сметаной	10/250/10	27-83	5,31	4,97	12,35	117,23	№ 135-2004
Биточки рубленные из птицы запеченные, с соусом томатным	90.30	54-89	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	90,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого :		138-40	33,94	35,48	164,19	1030,22	

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

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.

[illegible]

Ш № 9
Юрко О.М

Горячий завтрак

на 26 сентября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Огурцы свежие	45	7-69	0,5	0,1	1,3	5,9	№ 70-2013
Курица тушенная в соусе	70.50	69-22	14,15	15,16	16,3	242,87	№405-2013
Рис отварной	150	19-90	3,88	5,17	40,42	227	№ 511-2004
Компот из вишни	200	7-91	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	21,01	20,7	94,35	627,17	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из моркови и огурца с яйцом	60	11-29	0,05	3,55	21	61,45	№ 12-2013
Солянка из птицы со сметаной	16/250/10	38-37	14,78	13,2	5,51	193,75	№ 158-2004
Гуляш из говядины	50.50	69-39	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	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого :		138-40	44-71	43,19	113,0	933,8	

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

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.

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

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 27 сентября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Помидоры свежие	60	10-31	1,3	0,1	2,5	13,65	№106-2013
Котлеты мясные с соусом	90.30	63-48	23,48	10,02	7,5	172,41	№451-2004 №578-2004
Пюре картофельное	150	17-02	3,07	4,89	21,9	150,06	№ 520-2004
Компот ягодный	200	13-91	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	30,33	15,28	68,23	487,52	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат овощной	60	9-56	0,5	3,55	21	61,45	ТТК
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	13/250/10	34-85	6,39	7,07	21,01	152,23	№ 132-2004
Бефстроганов из говядины	50.50	74-64	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
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

Коченов О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 28 сентября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	42.60	59-69	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
Компот из смородины	200	14-13	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Сок в индивидуальной упаковке	125	19-50	0,4	0,0	22,0	90,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	28,0	26,17	104,98	745,41	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Степной»	60	12-06	0,5	3,55	21	61,45	№ 25-2004
Суп лапша домашняя с курицей	21/250	31-04	4,91	5,77	16,5	194	№ 148-2004
Жаркое по-домашнему	200	77-36	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	5-73	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
Ключев О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 29 сентября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Минтай запеченный со сметаной и сыром	100	49-97	23,48	7,02	3,5	172,41	№ 341-2013
Пюре картофельное	150	17-02	3,07	4,89	21,9	150,06	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	0,0	10,02	38,99	№ 685-2004
Булочка «Майская»	70	32-76	3,9	11,9	35,7	266,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого :		107-70	35,82	25,33	105,32	793,07	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Винегрет овощной	60	12-12	0,8	6,1	4,1	74,4	№ 71-2004
Щи с говядиной со сметаной	15/250/10	33-88	5,79	7,77	11,21	138,31	№ 124-2004
Плов из мяса	200	78-53	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.