



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 5 октября 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Птица тушеная в соусе с овощами	100	61-20	7	6	9	119	№488-2004
Макаронные изделия отварные	180	12-90	6	7	39	246	№516-2004
Чай с лимоном	207	6-25	-	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
сок	200	23-21	-	-	23	90	
Итого :	712	107-70	15	13	97	566	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов	271,71	97-21	28	15	48	438	№443-2004
Чай с сахаром	200	2-21	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	50	8-28	4	-	22	102	
Итого :	521,71	107-70	32	15	80	579	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	14-77	2	3	3	57	№ 37-2004
Суп из овощей	270	29-55	6	7	13	138	№ 135-2004
Шницель с соусом	120	62-44	5	5	37	223	№451-2004 №528-1996
Каша рассыпчатая гречневая	180	17-90	11	10	52	335	№508-2004
Компот из ягод	200	9-60	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Итого :	895	138-40	27	25	144	920	

Зав. производством: _____ Бакиева Е.С.
Калькулятор: _____ Маклакова О.М.
Соц. педагог: _____ Русанова Н.М.
Мед.работник: _____ Петухова А.К.

Утверждаю:

ИП Яркова Н.В.

Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9

на 6 октября 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему	261,29	90-52	23	13	29	313	№436-2004
Компот из ягод	200	9-60	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб ржаной	50	7-58	2		16	96	
Итого :	511,29	107-70	26	13	73	525	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша жидкая геркулесовая	205	32-83	6	19	36	232	№311-2004
Кофейный напиток	200	23-89	5	8	22	151	№692-2004
Бутерброд с сыром	41	19-58	8	11	10	174	№3-2004
Кисломолочный продукт	95	31-40	-	-	10	95	
Итого :	541	107-70	19	38	78	652	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	11-51	2	3	3	57	№ 37-2004
Солянка из птицы	260	36-38	15	14	5	202	№ 158-2004
Гуляш	100	46-26	13	7	4	132	№ 437-2004
Макаронные изделия отварные	180	12-90	6	7	39	246	№ 516-2004
Какао с молоком	200	27-21	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Итого :	865	138-40	43	36	95	878	

Зав. производством:

Бакиева Е.С.

Калькулятор:

Маклакова О.М.

Соц. педагог:

Русанова Н.М

Мед.работник:

Петухова А.К.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 7 октября 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

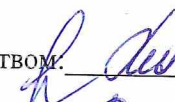
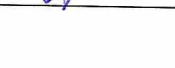
Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов	205,28	74-00	22	12	38	350	№443-2004
Чай с сахаром	200	2-21	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	50	8-28	4	-	22	102	
Сок	200	23-21	-	-	14	56	
Итого :	655,28	107-70	26	12	84	547	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	150	88-45	17	9	5	172	№ 437-2004
Макаронные изделия отварные	180	12-90	6	7	39	246	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	2-21	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Итого :	555	107-70	25	16	65	508	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	105	22-23	2	3	3	57	№37-2004
Рассольник ленинградский	270	32-80	6	7	20	174	№ 132-2004
Бефстроганов	100	59-12	18	12	6	203	№423-2004
Каша рассыпчатая гречневая	180	17-90	11	10	52	335	№508-2004
Чай с сахаром	200	2-21	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Итого :	880	138-40	39	32	102	859	

Зав. производством:  Бакиева Е.С.
Калькулятор:  Маклакова О.М.
Соц. педагог:  Русанова Н.М.
Мед.работник:  Петухова А.К.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 8 октября 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Котлеты рубленые из птицы с соусом	142	66-02	20	25	14	362	№498-2004 №528-1996
Пюре картофельное	180	27-94	4	8	26	197	№520-2004
Компот из ягод	200	9-60	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	4-14	2		11	51	
Итого :	547	107-70	27	33	79	726	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Запеканка «Царская» с молоком сгущенным	135	79-55	15	13	32	305	10/5-2011
Чай с сахаром	200	2-21	-	-	10	39	№685-2004
Сдоба выборгская	50	25-94	8	9	73	401	
Итого :	385	107-70	23	22	115	745	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	25-41	2	3	3	57	№ 37-2004
Щи из свежей капусты с картофелем	270	30-67	5	7	10	127	№ 124-2004
Плов	200	68-58	22	12	38	350	№443-2004
Компот из ягод	200	9-60	1	-	28	116	№ 511-2013
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Итого :	799	138-40	32	22	90	701	

Зав. производством: Бакиева Е.С.
 Калькулятор: Маклакова О.М.
 Соц. педагог: Русанова Н.М.
 Мед.работник: Петухова А.К.

Утверждаю
ИП Яркова Н.В.



Директор МАОУ СОШ № 9
Крючко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 9 октября 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	141	79-31	17	9	2	172	№437-2004
Каша рассыпчатая гречневая	180	17-90	11	10	52	335	№520-2004
Чай с сахаром	200	2-21	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	50	8-28	4	-	22	102	
Итого :	571	107-70	32	19	86	648	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Бедро куриное запеченное с соусом	162	73-41	21	20	1	265	№ 494-2004
Пюре картофельное	180	27-94	4	8	26	197	№520-2004
Чай с сахаром	200	2-21	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Итого :	567	107-70	27	28	48	552	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	27-05	2	3	3	57	№37-2004
Суп - лапша домашняя	260	23-99	5	7	14	135	№ 148-2004
Жаркое по-домашнему	200	72-12	18	10	22	250	№436-2004
Напиток из плодов шиповника	200	11-45	-	-	24	94	№705-2004
Хлеб ржаной	25	3-79	1	-	8	48	
Итого :		138-40	26	20	71	584	

Зав. производством: Бакиева Е.С.
Калькулятор: Маклакова О.М.
Соц. педагог: Русанова Н.М.
Мед. работник: Петухова А.К.



№ 9
Копия О.М

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

с 5 по 9 октября 2026 г.

Экспресс завтрак

5.10.2026

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская со сгущ. молоком	70	37-89	8,2	8,1	58,2	361,1
Чай с сахаром	200	2-21	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	8,4	8,1	68,22	400,09

6.10.2026

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с клубникой	65	37-89	4,1	3,2	40,0	204,6
Чай с сахаром	200	2-21	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	4,3	3,2	50,02	243,59

7.10.2026

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с повидлом	70	37-89	8,2	8,1	58,2	361,1
Чай с сахаром	200	2-21	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	8,4	8,1	68,22	400,09

8.10.2026

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Булочка с клюквой	65	37-89	7,5	13,2	60,9	394,0
Чай с сахаром	200	2-21	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	7,7	13,2	70,92	432,99

9.10.2026

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с крем-брюле	65	37-89	8,2	8,1	58,2	361,1
Чай с сахаром	200	2-21	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	8,4	8,1	68,22	400,09

Зав. производством: Бакиева Е.С.
Калькулятор: Маклакова О.М.
Соц. педагог: Русанова Н.М.
Мед. работник: Петухова А.К.