



Согласовано: _____
Директор МАОУ СОШ № 9
Ключикова О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 5 октября 2026 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	104	63-32	13	15	8	107	№488-2004
Макаронные изделия отварные	150	10-77	5	6	35	221	№516-2004
Чай с лимоном	207	6-26	0	0	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	0	11	51	
сок	200	23-21	0	0	14	56	
Итого :	686	107-70	20	21	83	495	

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов	282,46	97-20	28	15	48	437	№443-2004
Чай с сахаром	200	2-22	0	0	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	50	8-28	4	0	22	102	
Итого :	532,46	107-70	32	15	80	578	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	11-25	1	2	2	34	№ 37-2004
Суп из овощей	270	33-46	6	7	13	138	№ 135-2004
Шницель с соусом	120	65-05	8	11	20	205	№451-2004 №528-1996
Каша рассыпчатая гречневая	150	14-90	9	8	43	279	№508-2004
Компот из ягод	200	9-60	1	0	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	0	11	51	
Итого :	825	138-40	27	28	117	823	

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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 6 октября 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему	265,5	87-84	14	18	30	313	№436-2004
Компот из ягод	200	12-28	1	0	28	116	№511-2013
Хлеб ржаной	50	7-58	2	0	16	96	
Итого :	515,6	107-70	17	18	74	525	

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша жидкая геркулесовая	205	33-05	6	19	36	232	№311-2004
Кофейный напиток	200	23-81	5	8	22	151	№692-2004
Бутерброд с сыром	42	20-81	7	10	9	157	№3-2004
Кисломолочный продукт	95	30-03	-	-	10	95	
Итого :	542	107-70	18	37	77	635	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	70	20-28	1	2	2	34	№ 37-2004
Солянка из птицы	260	34-97	6	7	5	202	№ 158-2004
Гуляш	90	41-25	6	6	20	119	№ 437-2004
Макаронные изделия отварные	150	10-77	5	6	35	221	№ 516-2004
Какао с молоком	200	26-99	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Итого :	795	138-40	25	26	106	817	

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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
М е н ю

Столовая школы № 9

на 7 октября 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов	218	78-13	15	18	38	350	№443-2004
Чай с сахаром	200	2-22	0	0	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	0	11	51	
Сок	200	23-21	0	0	14	56	
Итого :	643	107-70	17	18	73	496	

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	161,78	90-57	17	9	6	172	№ 437-2004
Макаронные изделия отварные	150	10-77	5	6	35	221	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	2-22	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Итого :	536,78	107-70	19	12	74	486	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	29-52	1	2	2	34	№37-2004
Рассольник ленинградский	270	36-71	6	7	20	174	№132-2004
Бефстроганов	90	50-91	8	10	22	183	№423-2004
Каша рассыпчатая гречневая	150	14-90	9	8	43	279	№508-2004
Чай с сахаром	200	2-22	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Итого :	795	138-40	26	27	108	760	

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

Утверждаю:

ИП Яркова Н.В.

Наталия
Маклакова

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9

на 8 октября 2026 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	147	67-09	13	13	36	247	№498-2004
Пюре картофельное	150	23-36	3	7	7	164	№520-2004
Компот из ягод	200	12-28	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	30	4-97	2	-	13	61	
Итого :	527	107-70	19	20	84	588	

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	135	79-54	13	11	27	259	10/5-2011
Чай с сахаром	200	2-22	-	-	10	39	№685-2004
Сдоба выборгская	50	25-94	8	9	73	401	
Итого:	385	107-70	21	20	110	699	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	19-80	1	2	2	34	№ 37-2004
Щи из свежей капусты с картофелем	270	30-58	5	11	14	127	№ 124-2004
Плов	250	67-46	14	13	38	350	№443-2004
Компот из ягод	200	12-28	1	-	28	116	№ 511-2013
Хлеб пшеничный	50	8-28	4	-	22	102	
Итого :	830	138-40	25	26	104	729	

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 9 октября 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	157	86-44	6	10	13	172	№437-2004
Каша рассыпчатая гречневая	150	14-90	9	8	43	279	№508-2004
Чай с сахаром	200	2-22	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Итого :	532	107-70	17	18	77	541	

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	150	77-98	21	20	1	265	№ 494-2004
Картофельное пюре	150	23-36	3	7	22	164	№528-1996
Чай с сахаром	200	2-22	-	-	10	39	№520-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	№685-2004
Итого :	525	107-70	26	27	44	519	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	22-01	2	3	3	57	37-2004
Суп - лапша домашняя	260	23-11	5	7	14	135	№ 148-2004
Жаркое по-домашнему	250	73-55	12	14	38	318	№436-2004
Напиток из плодов шиповника	200	11-45	-	-	24	94	№705-2004
Хлеб пшеничный	50	8-28	4	-	22	102	
Итого :	863	138-40	23	24	101	706	

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