

Утверждаю:  
ИП Яркова Н.В.



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



## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 12 октября 2026 г.

### Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

| Наименование блюда           | Выход, г   | Цена          | Белки     | Жиры      | Углев.    | ЭЦ, ккал   | № рецептуры |
|------------------------------|------------|---------------|-----------|-----------|-----------|------------|-------------|
| Каша «Дружба»                | 205        | 32-79         | 4         | 3         | 35        | 202        | №355-2022   |
| Кофейный напиток             | 200        | 23-81         | 5         | 8         | 22        | 151        | №692-2004   |
| Бутерброд с сыром            | 45         | 23-66         | 5         | 5         | 9         | 118        | №3-2004     |
| Сдоба «Выборгская» с сахаром | 50         | 27-44         | 5         | 4         | 17        | 114        |             |
| <b>Итого :</b>               | <b>500</b> | <b>107-70</b> | <b>19</b> | <b>20</b> | <b>83</b> | <b>585</b> |             |

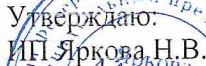
### Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

| 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         |             |
| <b>Итого :</b>              | <b>536,78</b> | <b>107-70</b> | <b>19</b> | <b>12</b> | <b>74</b> | <b>486</b> |             |

### Горячий обед

| Наименование блюда          | Выход, г   | Цена          | Белки     | Жиры      | Углев.     | ЭЦ, ккал   | № рецептуры            |
|-----------------------------|------------|---------------|-----------|-----------|------------|------------|------------------------|
| Салат из сырых овощей       | 100        | 14-78         | 2         | 3         | 3          | 57         | №37-2004               |
| Суп картофельный с бобовыми | 260        | 22-73         | 9         | 6         | 22         | 185        | № 139-2004             |
| Тефтели 2 вариант с соусом  | 120        | 67-03         | 9         | 9         | 21         | 162        | №462-2004<br>№528-1996 |
| Пюре картофельное           | 150        | 23-36         | 3         | 7         | 22         | 164        | № 520-2004             |
| Чай с сахаром               | 200        | 2-22          | 0         | 0         | 10         | 39         | №685-2004              |
| Хлеб пшеничный              | 50         | 8-28          | 4         | 0         | 22         | 102        |                        |
| <b>Итого за прием</b>       | <b>890</b> | <b>138-40</b> | <b>27</b> | <b>25</b> | <b>100</b> | <b>709</b> |                        |

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



## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

## Меню

Столовая школы № 9

на 13 октября 2026 г.

**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 | 183        | 86-44         | 8         | 11        | 13        | 169        | № 494-2004<br>№528-1996 |
| Каша рассыпчатая гречневая        | 150        | 14-90         | 9         | 8         | 43        | 279        | №508-2004               |
| Чай с сахаром                     | 200        | 2-22          | 0         | 0         | 10        | 39         | №685-2004               |
| Хлеб пшеничный                    | 25         | 4-14          | 2         | 0         | 11        | 51         |                         |
| <b>Итого :</b>                    | <b>558</b> | <b>107-70</b> | <b>19</b> | <b>19</b> | <b>77</b> | <b>538</b> |                         |

**Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет**

| Наименование блюда  | Выход, г      | Цена          | Белки     | Жиры      | Углев     | ЭЦ, ккал   | № рецептуры |
|---------------------|---------------|---------------|-----------|-----------|-----------|------------|-------------|
| Жаркое по-домашнему | 201,83        | 68-42         | 18        | 10        | 22        | 250        | №436-2004   |
| Компот из ягод      | 200           | 12-28         | 1         | -         | 28        | 116        | №511-2013   |
| Хлеб ржаной         | 25            | 3-79          | 1         | -         | 8         | 48         |             |
| Сок                 | 200           | 23-21         | -         | -         | 14        | 56         |             |
| <b>Итого :</b>      | <b>626,83</b> | <b>107-70</b> | <b>20</b> | <b>10</b> | <b>72</b> | <b>470</b> |             |

## Горячий обед

| Наименование блюда         | Выход, г   | Цена          | Белки     | Жиры      | Углев      | ЭЦ, ккал   | № рецептуры |
|----------------------------|------------|---------------|-----------|-----------|------------|------------|-------------|
| Салат из сырых овощей      | 60         | 25-88         | 1         | 2         | 2          | 34         | №37-2004    |
| Рассольник ленинградский   | 270        | 36-71         | 6         | 10        | 27         | 174        | № 132-2004  |
| Гуляш                      | 100        | 50-41         | 6         | 7         | 4          | 119        | №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             | 50         | 8-28          | 4         | -         | 22         | 102        |             |
| <b>Итого за прием</b>      | <b>830</b> | <b>138-40</b> | <b>26</b> | <b>27</b> | <b>108</b> | <b>747</b> |             |

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



Утверждаю:  
И.И. Яркова Н.В.



## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 14 октября 2026 г.

### Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

| Наименование блюда | Выход, г   | Цена          | Белки     | Жиры      | Углев     | ЭЦ, ккал   | № рецептуры |
|--------------------|------------|---------------|-----------|-----------|-----------|------------|-------------|
| Омлет натуральный  | 190        | 53-36         | 12        | 15        | 26        | 291        | №340-2004   |
| Какао с молоком    | 200        | 26-99         | 5         | 5         | 33        | 190        | №693-2004   |
| Хлеб пшеничный     | 25         | 4-14          | 2         | 0         | 11        | 51         |             |
| сок                | 200        | 23-21         | 0         | 0         | 14        | 56         |             |
| <b>Итого :</b>     | <b>615</b> | <b>107-70</b> | <b>19</b> | <b>20</b> | <b>84</b> | <b>588</b> |             |

### Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

| Наименование блюда           | Выход, г   | Цена          | Белки     | Жиры      | Углев.    | ЭЦ, ккал   | № рецептуры |
|------------------------------|------------|---------------|-----------|-----------|-----------|------------|-------------|
| Каша «Дружба»                | 205        | 32-79         | 6         | 5         | 32        | 232        | №355-2022   |
| Кофейный напиток             | 200        | 23-81         | 5         | 8         | 22        | 151        | №697- 2004  |
| Бутерброд с сыром            | 45         | 23-66         | 7         | 10        | 9         | 157        | №3-2004     |
| Сдоба «Выборгская» с сахаром | 50         | 27-44         | 5         | 4         | 17        | 124        |             |
| <b>Итого :</b>               | <b>500</b> | <b>107-70</b> | <b>23</b> | <b>27</b> | <b>80</b> | <b>664</b> |             |

### Горячий обед

| Наименование блюда                | Выход, г   | Цена          | Белки     | Жиры      | Углев.     | ЭЦ, ккал   | № рецептуры            |
|-----------------------------------|------------|---------------|-----------|-----------|------------|------------|------------------------|
| Салат из сырых овощей             | 60         | 21-24         | 1         | 2         | 2          | 34         | №37-2004               |
| Щи из свежей капусты с картофелем | 270        | 30-58         | 5         | 7         | 10         | 127        | №124-2004              |
| Биточки с соусом                  | 120        | 62-07         | 12        | 12        | 22         | 206        | №451-2004<br>№528-1996 |
| Макаронные изделия отварные       | 150        | 10-77         | 5         | 6         | 35         | 221        | №516-2004              |
| Компот из ягод                    | 200        | 9-60          | 1         | -         | 28         | 119        | №511-2013              |
| Хлеб пшеничный                    | 25         | 4-14          | 2         |           | 11         | 51         |                        |
| <b>Итого за прием</b>             | <b>825</b> | <b>138-40</b> | <b>26</b> | <b>27</b> | <b>108</b> | <b>758</b> |                        |

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

Утверждаю:  
ИП Яркова Н.В.



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



## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 15 октября 2026 г.

### Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

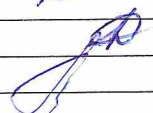
| Наименование блюда          | Выход, г   | Цена          | Белки     | Жиры      | Углев.    | ЭЦ, ккал   | № рецептуры            |
|-----------------------------|------------|---------------|-----------|-----------|-----------|------------|------------------------|
| Тефтели 2 вариант с соусом  | 142        | 81-34         | 11        | 13        | 11        | 176        | №462-2004<br>№528-1996 |
| Макаронные изделия отварные | 150        | 10-77         | 5         | 6         | 35        | 221        | №516-2004              |
| Напиток из плодов шиповника | 200        | 11-45         | 0         | 0         | 24        | 94         | №705-2004              |
| Хлеб пшеничный              | 25         | 4-14          | 2         | 0         | 11        | 51         |                        |
| <b>Итого :</b>              | <b>517</b> | <b>107-70</b> | <b>18</b> | <b>19</b> | <b>81</b> | <b>542</b> |                        |

### Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

| Наименование блюда                | Выход, г   | Цена          | Белки     | Жиры      | Углев.    | ЭЦ, ккал   | № рецептуры             |
|-----------------------------------|------------|---------------|-----------|-----------|-----------|------------|-------------------------|
| Бедро куриное запеченное с соусом | 170        | 77-98         | 21        | 20        | 1         | 265        | № 494-2004<br>№528-1996 |
| Пюре картофельное                 | 150        | 23-36         | 3         | 7         | 22        | 164        | №520-2004               |
| Чай с сахаром                     | 200        | 2-22          | 0         | 0         | 10        | 39         | №685-2004               |
| Хлеб пшеничный                    | 25         | 4-14          | 2         | 0         | 11        | 51         |                         |
| <b>Итого :</b>                    | <b>545</b> | <b>107-70</b> | <b>26</b> | <b>27</b> | <b>44</b> | <b>519</b> |                         |

### Горячий обед

| Наименование блюда           | Выход, г   | Цена          | Белки     | Жиры      | Углев.     | ЭЦ, ккал   | № рецептуры |
|------------------------------|------------|---------------|-----------|-----------|------------|------------|-------------|
| Салат из сырых овощей        | 105        | 30-74         | 2         | 3         | 3          | 57         | № 37-2004   |
| Борщ с капустой и картофелем | 270        | 31-45         | 5         | 8         | 13         | 145        | №110-2004   |
| Плов                         | 200        | 61-67         | 12        | 13        | 49         | 350        | №443-2004   |
| Чай с лимоном                | 207        | 6-26          | -         | -         | 15         | 60         | №686-2004   |
| Хлеб пшеничный               | 50         | 8-28          | 4         | -         | 22         | 102        |             |
| <b>Итого за прием</b>        | <b>832</b> | <b>138-40</b> | <b>23</b> | <b>24</b> | <b>102</b> | <b>714</b> |             |

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  
Копцова О.М.

## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 16 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         | -         | 28        | 116        | №511-2013   |
| Хлеб ржаной         | 50           | 7-58          | 2         | -         | 16        | 96         |             |
| <b>Итого :</b>      | <b>515,6</b> | <b>107-70</b> | <b>17</b> | <b>18</b> | <b>74</b> | <b>525</b> |             |

### Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

| Наименование блюда                   | Выход, г   | Цена          | Белки     | Жиры      | Углев     | ЭЦ, ккал   | № рецептуры |
|--------------------------------------|------------|---------------|-----------|-----------|-----------|------------|-------------|
| Рыба, запеченная со сметаной и сыром | 60         | 52-04         | 21        | 15        | 4         | 233        | № 341-2013  |
| Пюре картофельное                    | 150        | 23-36         | 3         | 7         | 22        | 164        | № 520-2004  |
| Чай с сахаром                        | 200        | 2-22          | 0         | 0         | 10        | 39         | №685-2004   |
| Хлеб пшеничный                       | 25         | 4-14          | 2         | 0         | 11        | 51         |             |
| Сдоба выборгская                     | 50         | 25-94         | 3         | 3         | 28        | 154        |             |
| <b>Итого :</b>                       | <b>485</b> | <b>107-70</b> | <b>29</b> | <b>25</b> | <b>75</b> | <b>641</b> |             |

### Горячий обед

| Наименование блюда    | Выход, г   | Цена          | Белки     | Жиры      | Углев      | ЭЦ, ккал   | № рецептуры            |
|-----------------------|------------|---------------|-----------|-----------|------------|------------|------------------------|
| Салат из сырых овощей | 60         | 7-94          | 1         | 2         | 2          | 34         | №37-2004               |
| Рассольник домашний   | 270        | 35-40         | 6         | 7         | 13         | 139        | № 131-2004             |
| Биточки с соусом      | 120        | 63-03         | 11        | 11        | 25         | 206        | №451-2004<br>№528-1996 |
| Рис отварной          | 150        | 18-29         | 4         | 6         | 31         | 225        | № 511-2004             |
| Компот из ягод        | 200        | 9-60          | 1         | 0         | 28         | 116        | №511-2013              |
| Хлеб пшеничный        | 25         | 4-14          | 2         | 0         | 11         | 51         |                        |
| <b>Итого за прием</b> | <b>825</b> | <b>138-40</b> | <b>25</b> | <b>26</b> | <b>110</b> | <b>771</b> |                        |

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