

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 2 октября 2023 г.

Горячий завтрак 1 смена

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша пшениная вязкая на молоке с маслом сливочным	200.5	25-98	8,32	12,78	37,08	284,44	№302-2004
Кофейный напиток с молоком	200	16-12	2,67	4,2	23,63	123,49	№692-2004
Хлеб ржаной с сыром	25.20	18-49	7,01	5,76	9,62	129	
Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке	95	26-65	0,4	-	9,8	95	
Ватрушка с повидлом	70	20-46	1,2	4,8	21,1	132,0	
Итого :		107-70	19,6	27,54	101,23	763,93	

Горячий завтрак 2 смена

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	49.60	68-58	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	0,0	10,02	38,99	№685-2004
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	28,0	26,17	93,58	700,8	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свежих помидор	60	12-66	0,1	7,1	4,2	61,45	№ 22-2013
Суп гороховый с говядиной	12/250	22-84	1,3	7,7	20,38	183,6	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом	90/30	55-18	11,13	19,33	13,66	262,96	№462-2004 №587-2004
Пюре картофельное	150	17-02	3,07	4,89	21,9	150,06	№ 52С-2004
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
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 за прием		138-40	20,76	39,56	121,98	922,66	

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

Утверждаю:
ИП Яркова И.В.

Согласовано
Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 3 октября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из говядины	51.150	79-98	15,06	19,43	45,19	405,79	№370-2013
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
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	17,94	19,70	92,12	602,58	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свежих огурцов	61	12-95	0,1	7,1	4,2	61,45	№ 17-2013
Щи с говядиной со сметаной	10/250/10	26-27	5,79	7,77	11,21	138,31	№ 124-2004
Котлеты мясные с соусом	90.30	63-51	23,48	10,02	7,5	172,41	№451-2004 №578-2004
Макароны отварные	150	11-40	5,68	4,49	36,59	212,67	№ 516-2004
Какао на молоке	200	18-31	2,67	4,2	23,69	123,49	№693-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого за прием		138-40	42,28	34,12	113,0	843,93	

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

Ключко О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9

на 4 октября 2023 г.

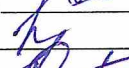
Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Запеканка «Царская» с молоком сгущенным	150.20	77-23	19,38	12	23,22	281,65	10/5-2011
Чай с сахаром	200	1-99	0,3	-	15,2	60	№686-2004
Сдоба Выборгская с повидлом	140	28-48	6,18	2,52	32,4	169,2	
Итого :		107-70	25,86	14,52	70,82	510,85	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептур
Салат из свежей капусты	63	8-01	0,2	1,42	0,82	61,45	№ 17-2013
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	10/250/10	31-88	6,39	7,07	21,01	152,23	№ 132-2004
Курица (бедро) запеченная с соусом	90.30	70-08	16,2	15,1	16,85	252,29	№ 494-2004
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
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого за прием		138-40	35,99	34,95	132,2	975,22	

Зав. производством:  Антипова Е.Ю.

Калькулятор:  Маклакова О.М.

Соц. педагог:  Русанова Н.М.

Мед. работник:  Преснякова О.А.

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.

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

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 5 октября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свежих помидор	60	12-64	0,6	4,1	2,0	47,1	№ 17-2013
Котлеты мясные с соусом	90.30	63-51	23,48	10,02	7,5	172,41	№451-2004 №578-2004
Картофельное пюре	150	17-02	3,07	4,89	21,9	150,06	№520-2004
Компот ягодный	200	11-55	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	29,63	19,28	67,73	520,97	

Горячий обед

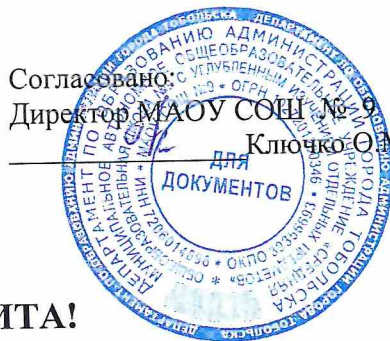
Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Артамоша»	60	18-92	0,1	7,1	4,2	61,45	ТТК
Борщ с говядиной и сметаной	11/250/10	29-57	5,39	7,77	14,01	179,23	№ 110-2004
Плов из говядины	200	78-36	15,06	19,43	45,19	405,79	№370-2013
Чай с сахаром с лимоном	200.15.7	5-59	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого за прием		138-40	25,41	34,84	108,42	842,07	

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

Утверждаю:
ИИ Яркова Н.В.



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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 6 октября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Говядина тушеная	40.60	59-17	19,44	21,41	10,06	291,34	№433-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	14-56	8,44	10,82	42,28	290,05	№508-2004
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Яблоко	170	29-00	0,6	0,0	12,9	66,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	30,96	32,5	90,17	754,18	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Веселая мазайка»	60	6-57	0,05	3,55	2,1	43	ТТК
Рассольник домашний с говядиной со сметаной	12/250/10	34-55	5,59	7,07	13,61	138,31	№ 131-2004
Биточки мясные с соусом	90.30	63-51	23,48	10,02	7,5	172,41	№451-2004 №578-2004
Рис отварной	150	19-90	3,88	5,17	40,42	227	№ 511-2004
Компот из вишни	200	7-91	0,2	-	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого за прием		138-40	37,76	26,35	114,87	799,92	

Зав. производством:

Антипова Е.Ю.

Калькулятор:

Маклакова О.М.

Соц. педагог:

Русанова Н.М.

Мед. работник:

Преснякова О.А.