



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
М е н ю

Столовая школы № 9

на 9 сентября 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Овощи по сезону (огурцы)	31	4-93	0,63	3,0	2,17	38,37	№22-2013
Курица тушеная	70.50	60-31	14,15	15,16	16,3	242,87	№405-2013
Макароны отварные	150	12-06	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Чай с лимоном	200.7	5-02	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,5	50,75	
Сок	200	22-10	-	-	14,37	57,5	
Итого :		107-70	22,26	22,59	95,18	650,29	

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из говядины	200	80-27	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,5	50,75	
Сок	200	22-10	-	-	23	92,0	
Итого :		107-70	14,73	14,0	80,02	501,04	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с сыром	60	18-59	3,85	8,27	3,91	105,78	№ 50-2004
Суп из овощей с мясом со сметаной	10/250/10	31-93	6,02	7,9	14,6	155,4	№ 135-2004
Шницеля рубленные запеченные с соусом томатным	80.30	60-00	14,6	17,78	9,85	251,66	№451-2004 №578-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	12-46	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Компот из свежемороженых ягод	200	8-87	0,16	-	17,03	66,05	№511-2013
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-55	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		138-40	37,43	40,46	111,39	953,45	

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 10 сентября 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему	192	71-48	17,56	21,55	22,34	348,78	№436-2004
Компот из свежемороженных ягод	200	10-47	0,16	-	17,03	66,05	№511-2013
Хлеб ржаной	25	3-00	1,38	0,25	8,02	47,5	
Сок	125	22-75	-	-	14,38	57,5	
Итого :		107-70	19,1	21,8	61,77	519,83	

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша рисовая	200.10	40-26	11,0	9,58	49,87	313,6	№302-2004
Кофейный напиток	200	18-45	4,78	7,7	22,07	151,34	№692-2004
Хлеб ржаной с сыром	20.25	20-39	6,74	5,71	8,02	119,5	
Йогурт	95	28-60	0,4	-	9,8	95	
Итого :		107-70	22,92	22,99	89,76	679,44	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Полыньский»	60	11-40	0,67	6,0	2,99	68,58	№ 24-2004
Солянка из птицы со сметаной	250/10	31-18	16,8	15,3	4,82	214,6	№ 158-2004
Гуляш из говядины	100	56-74	15,29	11,09	3,61	189,69	№ 437-2004
Макароны отварные	150	12-06	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Какао на молоке	200	20-47	4,98	5,36	22,58	154,34	№693-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-55	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		138-40	49,94	42,48	91,64	929,51	

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 С.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 11 сентября 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	200,12	61-20	20,13	40,65	9,89	265,1	№340-2004
Какао на молоке	200	20-47	4,98	5,36	22,58	154,3	№693-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,5	50,75	
Сок	125	22-75	-	-	14,38	57,5	
Итого :		107-70	27,17	46,31	57,35	527,65	

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	108	67-56	15,29	11,09	3,61	189,65	№437-2004
Макароны отварные	150	12-06	5,15	4,13	36,64	200,8	№516-2004
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,75	50,75	
Сок	125	22-75	-	-	14,38	57,5	
Итого :		107-70	22,67	15,52	75,4	537,69	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Артамоша»	46	18-95	3,55	5,77	3,42	47,74	
Рассольник ленинградский с мясом и сметаной	10/250/10	33-30	8,78	8,74	20,1	185,52	№ 132-2004
Бефстроганов	100	65-09	15,99	21,09	5,54	274,78	№423-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	12-46	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-55	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		138-40	41,35	42,11	105,08	921,59	

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 12 сентября 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Овощи по сезону (огурцы свежие, масло растит)	97	19-13	0,46	3,0	1,48	34,38	№ 17-2013
Биточки рубленные из птицы запеченные, с соусом томатным	100,30	53-69	14,98	15,6	15,32	252,29	№498-2004
Картофельное пюре	150	21-13	5,06	5,24	36,06	222,87	№587-2004
Компот из свежемороженых ягод	200	10-47	0,2	-	21,42	83,6	№520-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,5	50,75	№630-2004
Итого :		107-70	22,73	24,14	84,78	643,89	

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	150.20	81-28	16,5	11,85	39,43	335,16	10/5-2011
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Выпечка	85	24-37	13,39	15,46	34,1	183,3	
Итого :		107-70	30,09	27,31	83,55	557,45	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Винегрет овощной	60	12-46	1,09	6,05	4,22	76,51	№ 71-2004
Щи с мясом со сметаной	10/250/10	28-25	7,7	8,54	10,0	138,52	№ 124-2004
Плов из мяса	200	80-67	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Компот из свежемороженых ягод	200	10-47	0,16	0,0	17,03	66,05	№ 630-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-55	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		138-40	25,5	28,89	88,75	701,88	

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
Д.А. Антипова

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 13 сентября 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	108	67-16	15,29	11,09	3,61	189,69	№437-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	12-46	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	-	10,02	38,99	№ 685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,5	50,75	
Сок	125	22-75	-	-	14,38	57,5	
Итого :		107-70	26,3	17,3	83,51	609,99	

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Куриное бедро запеченное	110,30	81-24	16,2	15,1	16,85	272,29	№ 494-2004
Картофельное пюре	150	21-13	5,06	5,24	43,06	222,87	№259-2004
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	-	10,02	38,99	№686-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	23,49	20,64	80,43	584,9	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Солнечный зайчик»	60	10-77	1,1	3,05	5,71	54,25	
Суп лапша домашняя с курицей	19/250	26-41	6,4	5,7	10,1	117,0	№ 148-2004
Жаркое по-домашнему	200	81-37	17,56	21,55	22,34	348,78	№436-2004
Компот из шиповника	200	13-85	0,8	-	29,96	120	№705-2004
Хлеб ржаной	50	6-00	2,75	0,5	16,04	95,0	
Итого :		138-40	28,61	30,8	84,15	735,03	

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