



Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



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

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 14 октября 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

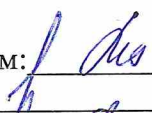
Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша «Дружба»	200.10	38-83	9,54	8,37	43,63	301,46	№302-2004
Кофейный напиток	200	18-45	4,78	7,7	22,07	151,34	№692- 2004
Хлеб ржаной с сыром	21/25	21-82	6,74	5,71	8,02	119,5	
Кисломолочной продукт	95	28-60	0,4	0,0	9,8	95	
Итого :		107-70	21,46	21,78	83,52	667,3	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	105	65-17	15,29	11,09	3,61	189,69	№437-2004
Макароны отварные	180	14-45	6,18	4,96	43,97	240,96	№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	10,5	50,75	
Сок	125	22-75	-	-	14,38	57,5	
Итого :		107-70	23,7	16,35	82,48	577,89	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с маслом растит	100	10-21	1,36	8,33	8,33	112,5	
Суп гороховый с мясом	19/250	33-72	9,18	7,84	22,3	196,92	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом	100/30	63-87	14,2	24,81	16,27	329,92	№462-2004 №587-2004
Картофельное пюре	180	22-00	6,07	6,29	43,27	267,44	№ 520-2004
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 за прием		138-40	35,06	47,87	121,19	1047,27	

Зав. производством:  Бакиева Е.С.
Калькулятор:  Маклакова О.М.
Соц. педагог:  Русанова Н.М.
Мед. работник:  Галактионова Ю.В.

Утверждаю
ИП Яркова Н.В.

Н.В. Яркова
Наталия
Владимировна

ОГРН 313727229000118
ИНН 720601909502

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

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Меню

Столовая школы № 9

на 15 октября 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Куриное бедро запеченное	110.30	80-37	18,0	16,77	18,72	280,3	№ 494-2004
Картофельное пюре	180	22-00	6,07	6,29	43,27	267,44	№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	26,3	23,36	82,51	637,48	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему	195	73-93	17,56	21,55	22,34	348,78	№436-2004
Чай с лимоном	200.15.7	5-02	0,3	-	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб ржаной	50	6-00	2,75	0,5	16,04	95,0	
Сок	125	22-75	-	-	14,38	57,5	
Итого :		107-70	20,61	22,05	67,96	561,28	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Степной»	100	20-80	1,26	15,11	7,78	170,53	№ 25-2004
Рассольник ленинградский с мясом и сметаной	10/250/5	29-13	8,78	8,74	20,1	185,52	№ 132-2004
Гуляш из говядины	100	58-78	15,29	11,09	3,61	189,69	№ 437-2004
Каша гречневая рассыпчатая	180	14-91	10,54	7,09	54,0	327,64	№508-2004
Компот из свежемороженных ягод	200	8-23	0,2	-	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-55	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	40,12	42,63	127,91	1058,48	

Зав. производством: Бакиева Е.С.
 Калькулятор: Маклакова О.М.
 Соц. педагог: Русанова Н.М.
 Мед. работник: Мамедова Д.В.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
М е н ю

Столовая школы № 9

на 16 октября 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

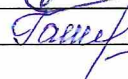
Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из мяса	195	77-02	15,06	19,43	45,19	405,79	№370-2013
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный.	25	3-28	2,28	0,27	14,91	67,8	
Сок	200	25-35	-	-	23,0	92,0	
Итого :		107-70	17,54	19,7	93,12	604,58	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша «Дружба»	200.10	38-83	9,54	8,37	43,63	301,46	№302-2004
Кофейный напиток	200	18-45	4,78	7,7	22,07	151,34	№692- 2004
Хлеб ржаной с сыром	21/25	21-82	6,74	5,71	8,02	119,5	
Йогурт	95	28-60	0,4	0,0	9,8	95	
Итого :		107-70	21,46	21,78	83,52	667,3	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат овощной	100	18-93	1,86	5,23	14,9	99,09	
Щи с мясом со сметаной	10/50/5	25-60	7,7	8,54	10,0	138,52	№ 124-2004
Биточки мясные с соусом	87,30	63-82	16,14	19,44	11,23	274,96	№451-2004 №578-2004
Макароны отварные	180	14-45	6,18	4,96	43,97	240,96	№ 516-2004
Компот из шиповника	200	9-05	0,8	-	29,96	120,0	№693-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-55	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	36,73	38,77	131,06	975,03	

Зав. производством:  Бакиева Е.С.
Калькулятор: _____ Маклакова О.М.
Соц. педагог:  Русанова Н.М.
Мед. работник:  Галактионова Ю.В.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9

на 17 октября 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Тефтели 2 вариант с соусом	83,30	52-32	14,2	24,81	16,27	329,92	№462-2004 №587-2004
Макароны отварные	180	14-45	6,18	4,96	43,97	240,96	№516-2004
Компот из шиповника	200	9-05	0,8	-	29,96	120	№705-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,5	50,75	
Йогурт	95	28-60	0,4	-	9,8	95	
Итого :		107-70	23,61	30,07	110,5	836,63	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Куриное бедро запеченное	110.30	80-37	18,0	16,77	18,72	280,3	№ 494-2004
Картофельное пюре	180	22-00	6,07	6,29	43,27	267,44	№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	26,3	23,36	82,51	637,48	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Синьор помидор»	100	11-99	6,44	10,46	6,55	146,47	№ 50-2004
Борщ с мясом и сметаной	11/250/10	30-82	7,78	9,44	13,42	156,52	№ 110-2004
Плов из мяса	200	84-02	15,4	15,9	48,7	399,5	№370-2013
Чай с лимоном	200.15.7	5-02	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-55	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	33,97	36,4	104,87	863,99	

Зав. производством:

Бакиева Е.С.

Калькулятор:

Маклакова О.М.

Соц. педагог:

Русанова Н.М.

Мед. работник:

Мамедова Д.В.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 18 октября 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

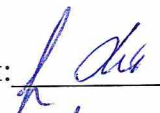
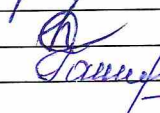
Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему	195	73-93	17,56	21,55	22,34	348,78	№436-2004
Чай с лимоном	200.15.7	5-02	0,3	-	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб ржаной	50	6-00	2,75	0,5	16,04	95,0	
Сок	125	22-75	-	-	14,38	57,5	
Итого :		107-70	20,61	22,05	67,96	561,28	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Рыба запеченная со сметаной и сыром	130	62-53	30,9	21,0	6,2	336,86	№ 341-2013
Картофельное пюре	180	22-00	6,07	6,29	43,27	267,44	№ 520-2004
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	
Выпечка	60	17-84	5,15	2,1	27,0	141,0	
Итого :		107-70	44,35	26,69	96,99	835,04	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свежей капусты с морковью	100	9-17	0,76	5,0	2,47	57,3	№ 17-2013
Рассольник домашний с мясом и сметаной	10/250/5	30-99	7,98	8,74	13,02	150,52	№ 131-2004
Биточки мясные с соусом	76,30	55-86	16,14	19,44	11,23	274,96	№451-2004 №578-2004
Рис отварной	180	27-60	5,14	6,13	48,5	272,58	№ 511-2004
Компот из свежемороженых ягод	200	8-23	0,2	-	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-55	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	34,27	39,91	117,64	940,46	

Зав. производством:  Бакиева Е.С.
Калькулятор:  Маклакова О.М.
Соц. педагог:  Русанова Н.М.
Мед. работник:  Галактионова Ю.В.

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



Согласовано
Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

с 14 по 18 октября 2024 г.

Экспресс завтрак

14.10.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сыр	18	16-29	4,4	4,4	0,0	58,5
Макароны отварные с соусом	180.30	18-48	7,35	6,23	47,24	276,04
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	0,0	10,02	38,99
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,5	50,75
Итого:		40-10	13,98	10,93	67,76	424,28

15.10.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с крем-брюле	110	35-08	8,2	8,1	58,2	361,1
Чай с сахаром с лимоном	200/7	5-02	0,3	0,0	15,2	60,0
Итого:		40-10	8,5	8,1	73,4	421,1

16.10.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Каша вязкая «Дружба» с маслом сливочным	200/5,3	31-50	9,54	8,37	43,63	301,46
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	0,0	10,02	38,99
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	6-55	4,05	0,6	21,0	101,5
Итого:		40-10	13,79	8,97	74,65	441,95

17.10.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Шаньга картофельная	100	35-08	6,4	18,8	35,3	270,0
Чай с сахаром с лимоном	200/7	5-02	0,3	0,0	15,2	60,0
Итого:		40-10	6,7	18,8	50,5	330,0

18.10.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Помидоры свежие (подгарнировка)	61	13-85	2,5	2,3	0,1	31,1
Каша гречневая рассыпчатая с соусом	180.30	17-65	8,78	5,91	45,0	273,06
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	0,0	10,02	38,99
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	6-55	4,05	0,6	21,0	101,5
Итого:		40-10	15,53	8,81	76,12	444,65

Зав. производством:

Калькулятор:

Соц. педагог:

Мед. работник:

Бакиева Е.С.

Маклакова О.М.

Русанова Н.М.

Мамедова Д.В.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
М е н ю

Столовая школы № 9

с 14 по 18 октября 2024 г.

Горячий завтрак (дополнительно) с 12 лет и старше

14.10.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Коктейль молочный	200	50-70	5,4	4,2	18,0	132,0
Масло сливочное в индивидуальной упаковке	10	18-20	0,01	8,3	0,06	77,0
Пирожное Тимми	30	31-10	1,5	5,1	18,3	120,0
Итого:		100-00	6,91	17,6	36,36	329,0

15.10.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Йогурт питьевой	270	81-80	7,8	6,8	28,9	216,0
Масло сливочное в индивидуальной упаковке	10	18-20	0,01	8,3	0,06	77,0
Итого:		100-00	7,81	15,1	28,96	293,0

16.10.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Йогурт талицкий	130	63-70	3,6	3,9	15,2	104,0
Джем в индивидуальной упаковке	20	6-63	0,1	0,0	10,3	41,9
Кондитерское изделие (пирожное)	23	29-67	1,0	3,1	14,3	90,0
Итого:		100-00	4,7	7,0	40,1	235,9

17.10.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Десерт «Фрутто няня»	90	54-60	0,0	0,0	13,1	52,2
Кондитерское изделие (печенье)	30	38-77	1,3	5,5	14,0	108,8
Джем в индивидуальной упаковке	20	6-63	0,1	0,0	10,3	41,9
Итого:		100-00	1,4	5,5	37,4	202,9

18.10.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Пудинг «Фрутто няня»	90	54-60	2,3	2,9	10,4	76,50
Кондитерское изделие (печенье)	50	45-40	3,4	8,4	26,8	192,0
Итого:		100-00	5,7	11,3	37,2	268,5

Зав. производством: Бакиева Е.С.
Калькулятор: Маклакова О.М.
Соц. педагог: Русанова Н.М.
Мед. работник: Мамедова Д.В.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
М е н ю

Столовая школы № 9

с 14 по 18 октября 2024 г.

Экспресс завтрак (дополнительно) с 12 лет и старше

14.10.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Коктейль молочный	200	50-70	5,4	4,2	18,0	132,0
Масло сливочное в индивидуальной упаковке	10	18-20	0,01	8,3	0,06	77,0
Пирожное Тимми	30	31-10	1,5	5,1	18,3	120,0
Итого:		100-00	6,91	17,6	36,36	329,0

15.10.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Йогурт питьевой	270	81-80	7,8	6,8	28,9	216,0
Масло сливочное в индивидуальной упаковке	10	18-20	0,01	8,3	0,06	77,0
Итого:		100-00	7,81	15,1	28,96	293,0

16.10.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Йогурт талицкий	130	63-70	3,6	3,9	15,2	104,0
Джем в индивидуальной упаковке	20	6-63	0,1	0,0	10,3	41,9
Кондитерское изделие (пирожное)	23	29-67	1,0	3,1	14,3	90,0
Итого:		100-00	4,7	7,0	40,1	235,9

17.10.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Десерт «Фрутто няня»	90	54-60	0,0	0,0	13,1	52,2
Кондитерское изделие (печенье)	30	38-77	1,3	5,5	14,0	108,8
Джем в индивидуальной упаковке	20	6-63	0,1	0,0	10,3	41,9
Итого:		100-00	1,4	5,5	37,4	202,9

18.10.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Пудинг «Фрутто няня»	90	54-60	2,3	2,9	10,4	76,50
Кондитерское изделие (печенье)	50	45-40	3,4	8,4	26,8	192,0
Итого:		100-00	5,7	11,3	37,2	268,5

Зав. производством: Бакиева Е.С.
Калькулятор: Маклакова О.М.
Соц. педагог: Русанова Н.М.
Мед. работник: Мамедова Д.В.