

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 27 ноября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	46.60	65-62	15,29	11,09	3,61	189,69	№ 437-2004
Макароны отварные	180	14-01	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Чай с сахаром с лимоном	200.7	5-59	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Сок в индивидуальной упаковке	125	19-50	0,2	0,0	14,38	57,5	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,75	50,75	
Итого :		107-70	22,97	15,52	80,58	558,74	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с м/растит	60	4-37	0,63	3,0	2,17	38,37	№ 22-2013
Солянка из птицы со сметаной	10/250/10	40-11	16,8	15,3	4,82	214,6	№ 158-2004
Биточки рубленые из птицы запеченные, с соусом томатным	61.30	52-05	15,29	11,09	3,61	189,69	№498-2004 №587-2004
Картофельное пюре	150	17-60	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 516-2004
Какао на молоке	200	18-31	4,98	5,36	22,58	154,34	№693-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		138-40	46,81	40,59	90,24	921,37	

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 28 ноября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Курица, в соусе с томатом	57.50	79-41	14,15	15,16	16,3	242,87	№405-2013
Рис отварной	180	23-32	4,66	6,2	48,50	272,4	№ 511-2004
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	0,0	10,02	38,99	№693-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,75	50,75	
Итого :		107-70	21,04	21,66	85,57	605,01	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Артамоша»	60	17-21	3,55	5,77	3,42	47,74	
Суп из овощей с мясом со сметаной	13/250/10	28-61	6,02	7,9	14,6	155,4	№ 135-2004
Котлеты рубленые запеченные, с соусом томатным	90.30	63-60	14,6	17,78	10,39	251,66	№451-2004 №578-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	15-11	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Компот из вишни	200	7-91	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5,96	4,06	0,6	21,0	101,5	
Итого :		138-40	37,21	37,96	115,83	912,96	

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

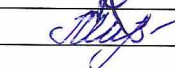
на 29 ноября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Огурцы свежие (подгарнировка)	18	3-33	0,2	0,02	0,3	2,4	№ 70-2013
Котлеты мясные с соусом	100.30	69-95	16,14	19,44	11,23	274,96	№451-2004 №578-2004
Пюре картофельное	180	23-53	6,07	6,29	43,27	267,44	№ 520-2004
Компот из вишни	200	7-91	0,16	0,0	17,03	66,05	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,75	50,75	
Итого :		107-70	24,6	26,05	82,58	661,6	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Полонынский»	60	15-32	0,67	6,0	2,99	68,58	№ 24-2004
Суп лапша домашняя с курицей	13/250	27-79	6,4	5,7	10,1	117	№ 148-2004
Жаркое по-домашнему	200	77-62	17,56	21,55	22,34	348,78	№436-2004
Компот из шиповника	200	12-21	0,8	-	29,96	120	№705-2004
Хлеб «Славянский» ржаной	50	5-46	2,75	0,5	16,04	95,0	
Итого :		138-40	28,18	33,75	81,43	749,36	

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

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА. М е н ю

Столовая школы № 9

на 30 ноября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	46.60	65-08	15,29	11,09	3,61	189,69	№ 437-2004
Каша гречневая рассыпчатая	180	18-15	10,54	7,09	54,0	327,67	№508-2004
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	0,0	10,02	38,99	№693-2004
Сок в индивидуальной упаковке	125	19-50	0,2	0,0	14,38	57,5	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,75	50,75	
Итого :		107-70	28,26	18,48	92,76	664,6	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с м/растит	60	4-37	0,63	3,0	2,17	38,37	№ 22-2013
Солянка из птицы со сметаной	10/250/10	40-11	16,8	15,3	4,82	214,6	№ 158-2004
Курица, в соусе с томатом	41.50	57-95	14,15	15,16	16,3	242,87	№405-2013
Макароны отварные	150	11-70	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Какао на молоке	200	18-31	4,98	5,36	22,58	154,34	№693-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		138-40	45,76	43,55	103,51	952,48	

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

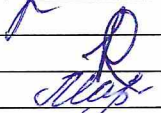
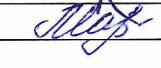
на 1 декабря 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Минтай запеченный со сметаной и сыром	130	68-80	30,9	21,0	6,2	336,86	№ 341-2013
Пюре картофельное	180	23-53	6,07	6,29	43,27	267,44	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	0,0	10,02	38,99	№ 685-2004
Сдоба Выборгская с повидлом	50	10-40	5,15	2,1	27,0	141,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	44,35	29,69	96,99	834,04	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Винегрет овощной	60	13-10	1,09	6,05	4,22	76,51	№ 71-2004
Щи с говядиной со сметаной	16/250/10	33-18	7,7	8,54	10,0	138,52	№ 124-2004
Плов из мяса	200	78-25	12,5	13,7	36,5	319,3	№ 370-2013
Компот из вишни	200	7-91	0,16	0,0	17,03	66,05	№ 630-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		138-40	25,5	28,89	88,75	701,88	

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

Утверждаю
ИП Яркова Н.В.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

с 27 по 30 ноября 2023 г.

Экспресс завтрак

27.11.2023

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская со сгущ. молоком	80	17-35	5,9	3,8	51,4	263,7
Сок в индивидуальной упаковке	200	22-75	0,3	0,0	23,0	92,0
Итого:		40-10	6,2	3,8	74,4	355,7

28.11.2023

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Шаньга картофельная	100	32-19	5,2	12,2	22,71	216,8
Компот из вишни	200	7-91	0,2	-	21,42	83,6
Итого:		40-10	5,4	12,2	44,13	300,4

29.11.2023

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Булочка «Майская»	80	38-11	5,9	3,8	51,4	263,7
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	6,1	3,8	61,42	302,69

30.11.2023

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Курник	100	38-11	9,24	10,8	25,35	244,0
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	-	10,02	38,99
Итого:		40-10	9,44	10,8	35,37	282,99

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

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 9
Исп. Ишочки О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

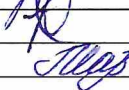
Столовая школы № 9

на 1 декабря 2023 г.

Экспресс завтрак

1.12.2023

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с повидлом	80	17-35	5,9	3,8	51,4	263,7
Сок в индивидуальной упаковке	200	22-75	0,3	0,0	23,0	92,0
Итого:		40-10	6,2	3,8	74,4	355,7

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