



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
М е н ю

Столовая школы № 9

на 26 января 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	130	87-48	17	9	6	172	№ 437-2004
Макаронные изделия отварные	150	14-34	5	6	35	221	№516-2004
Чай с сахаром	200	2-01	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого :		107-70	24	15	62	483	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша жидкая пшенная	205	35-08	4	5	19	221	№311-2004
Кофейный напиток	200	21-54	5	8	22	151	№692- 2004
Бутерброд с сыром	45	18-12	7	10	9	157	№3-2004
Кисломолочный продукт	95	32-96	-	-	10	95	
Итого :		107-70	16	23	60	624	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	10-77	1	2	2	34	№ 37-2004
Солянка из птицы	260	37-44	15	14	5	202	№ 158-2004
Мясо тушеное	100	47-53	15	6	4	132	№ 433-2004
Макаронные изделия отварные	150	14-34	5	6	35	221	№ 516-2004
Какао с молоком	200	24-45	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	43	33	90	830	

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



Утверждаю:
И.П. Яркова Н.В.



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

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 27 января 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

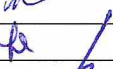
Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Птица тушеная в соусе с овощами	90	49-83	6	5	8	107	№488-2004
Рис отварной	150	24-17	4	6	39	225	№511-2004
Чай с лимоном	207	6-62	-	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Сок	125	23-21	-	-	14	56	
Итого :		107-70	12	11	87	499	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	205	56-17	20	33	4	398	№340-2004
Какао с молоком	200	24-45	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2		11	51	
Сок	125	23-21	-	-	14	56	
Итого :		107-70	27	38	62	695	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	9-15	1	2	2	34	№ 37-2004
Суп из овощей	270	32-03	6	7	13	138	№ 135-2004
Шницель с соусом	120	69-10	5	5	34	206	№451-2004 №528-1996
Каша рассыпчатая гречневая	150	14-96	9	8	43	279	№508-2004
Компот из ягод	200	9-29	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого :		138-40	24	22	131	824	

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



Согласовано
Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 28 января 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Котлеты с соусом	120	59-48	5	5	34	206	№451-2004 №528-1996
Макаронные изделия отварные	150	14-34	5	6	35	221	№ 516-2004
Компот из ягод	200	9-29	1	-	28	116	№511-2013
Бутерброд с сыром	45	24-59	7	10	9	157	№3-2004
Итого :		107-70	18	21	106	700	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Запеканка «Царская» с молоком, сгущенным	170	86-58	13	11	27	259	10/5-2011
Чай с сахаром	200	2-01	-	-	10	39	№685-2004
Сдоба выборгская	130	19-11	8	9	73	401	
Итого :		107-70	21	20	110	699	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из вареных овощей	100	33-48	2	3	3	57	37-2004
Суп - лапша домашняя	260	28-25	5	7	15	140	№ 148-2004
Жаркое по-домашнему	200	60-55	23	13	28	313	№436-2004
Напиток их плодов шиповника	200	9-03	-	-	24	94	№705-2004
Хлеб ржаной	50	7-09	2	-	16	96	
Итого :		138-40	32	2	86	700	

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



Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 29 января 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

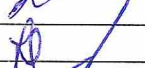
Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	130	86-86	17	9	6	172	№ 437-2004
Каша рассыпчатая гречневая	150	14-96	9	8	43	279	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	2-01	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого :		107-70	28	17	70	541	

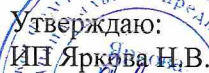
Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Котлеты, рубленые из птицы с соусом	120	59-41	18	23	13	334	№498-2004 №528-1996
Пюре картофельное	150	24-22	3	7	7	164	№520-2004
Компот из ягод	200	10-64	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Кондитерское изделие	20	9-56	-	3	15	92	
Итого :		107-70	24	33	74	757	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	8-64	1	2	2	34	№ 37-2004
Борщ с капустой и картофелем	270	30-61	5	8	13	145	№ 110-2004
Бефстроганов	90	56-49	16	11	5	183	№423-2004
Макаронные изделия отварные	150	14-34	5	6	35	221	№516-2004
Какао с молоком	200	24-45	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого :		138-40	34	32	99	824	

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



Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М

Меню

на 30 января 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Рыба, запеченная со сметаной и сыром	90	58-49	21	15	4	233	№ 341-2013
Пюре картофельное	150	24-22	3	7	22	164	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-01	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Сдоба выборгская	50	19-11	3	3	28	154	
Итого :		107-70	29	25	75	641	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Угле в	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Тефтели 2 вариант с соусом	120	47-50	9	9	10	164	№462-2004 №528-1996
Макаронные изделия отварные	150	14-34	5	6	35	221	№516-2004
Напиток из плодов шиповника	200	9-03	-	-	24	94	№705-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Кисломолочный продукт	95	32-96	-	-	10	95	
Итого :		107-70	16	15	90	625	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	28-61	1	2	2	34	№37-2004
Щи из свежей капусты с картофелем	270	36-63	5	7	10	127	№ 124-2004
Плов	220	58-81	24	13	42	385	№ 443-2004
Чай с лимоном	207	6-62	1	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	50	7-73	4		11	102	
Итого :		138-40	35	22	80	708	

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