



Согласовано
И.О. Директора МАОУ СОШ № 9
Митрополитова Н.Н.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9

на 5 ноября 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Котлеты с соусом	105	49-34	5	5	37	223	№451-2004 №528-1996
Пюре картофельное	180	30-43	4	8	26	197	№520-2004
Компот из ягод	200	9-60	1	-	28	116	№511-2013
Бутерброд с сыром	40	18-33	7	10	9	157	№3-2004
Итого:	525	107-70	17	23	100	693	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша жидкая пшениная	205	35-45	4	5	19	221	№311-2004
Кофейный напиток	200	23-89	5	8	22	151	№692-2004
Бутерброд с сыром	40	18-33	8	11	10	174	№3-2004
Кисломолочный продукт	95	30-03	-	-	10	95	
Итого:	540,28	107-70	17	24	61	641	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	21-28	2	3	3	57	№ 37-2004
Борщ с капустой и картофелем	272	34-21	5	8	13	145	№ 110-2004
Плов	200	68-37	22	12	38	350	№443-2013
Чай с лимоном	207	6-26	-	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	50	8-28	2	-	11	51	
Итого за прием	829	138-40	31	23	80	663	

Зав. производством: Бакиева Е.С.
Калькулятор: Маклакова О.М.
Соц. педагог: Русанова Н.М.
Мед.работник: Петухова А.К.



Согласовано
И.О. Директора МАОУ СОШ № 9
Митренчикова Н.Н.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9

на 6 ноября 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Мясо тушенное	122,73	69-43	15	6	4	132	№433-2004
Каша рассыпчатая гречневая	180	18-04	11	10	52	335	№508-2004
Чай с лимоном	207	6-26	-	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Кондитерское изделие	20	9-83	1	6	31	184	
Итого :	554,73	107-70	29	22	113	762	

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	51	44-97	23	17	4	259	№ 341-2013
Пюре картофельное	180	30-43	4	8	26	197	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-22	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Сдоба Выборгская	50	25-94	3	3	28	154	
Итого :	506	107-70	32	28	79	700	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	11-51	2	3	3	57	№37-2004
Рассольник домашний	270	36-24	6	7	13	139	№ 131-2004
Биточки с соусом	110	55-96	5	5	37	223	№451-2004 №528-1996
Рис отварной	180	20-95	5	7	47	270	№ 511-2004
Компот из ягод	200	9-60	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Итого за прием	885	138-40	21	22	139	856	

Зав. производством:  Бакиева Е.С.
Калькулятор:  Маклакова О.М.
Соц. педагог:  Русанова Н.М.
Мед. работник:  Петухова А.К.



Согласовано
И.О. Директора МАОУ СОШ № 9
Митрошенкова Н.Н.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 5, 6 ноября 2026 г.

Экспресс завтрак

4.11.2026

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Булочка с клюквой	65	37-88	7,5	13,2	60,9	394,0
Чай с сахаром	200	2-22	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	7,7	13,2	70,92	432,99

5.11.2026

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с крем-брюле	65	37-88	8,2	8,1	58,2	361,1
Чай с сахаром	200	2-22	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	8,4	8,1	68,22	400,09

Зав. производством: Бакиева Е.С.
Калькулятор: Маклакова О.М.
Соц. педагог: Русанова Н.М.
Мед. работник: Петухова А.К.