



Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



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

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

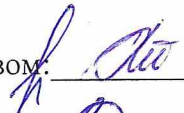
на 15 января 2024 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Курица, в соусе с томатом	68.50	85-48	14,15	15,16	16,3	242,87	№405-2013
Макароны отварные	180	14-01	6,61	5,36	42,51	248,43	№ 516-2004
Чай с сахаром с лимоном	200.7	5-23	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	23,09	20,82	84,51	602,5	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с сыром	60	17-72	3,85	8,27	3,91	105,78	№ 50-2004
Суп из овощей с говядиной со сметаной	12/250/10	27-37	6,02	7,9	14,6	155,4	№ 135-2004
Шницель мясной рубленый с соусом томатным	90.30	63-59	14,6	17,78	9,85	251,66	№451-2004 №578-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	14-42	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Компот из вишни	200	9-34	0,16	0,0	17,03	66,05	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		138-40	37,43	40,46	111,39	953,45	

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



Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9

на 16 января 2024 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему из говядины	198	76-13	17,56	21,55	22,34	348,78	№436-2004
Компот из вишни	200	9-34	0,16	0,0	17,03	66,05	№511-2013
Сок в индивидуальной упаковке	125	19-50	0,2	0,0	14,38	57,5	
Хлеб «Славянский» ржаной	25	2-73	1,38	0,25	8,02	47,5	
Итого :		107-70	19,3	21,8	61,77	519,83	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Веселая мазайка»	60	7-68	0,67	6,0	2,99	68,58	№ 24-2004
Солянка из птицы со сметаной	10/250/10	37-46	16,8	15,3	4,82	214,6	№ 158-2004
Гуляш из говядины	40.60	57-27	15,29	11,09	3,61	189,69	№ 437-2004
Макароны отварные	150	11-70	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Какао на молоке	200	18-33	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	49,94	42,48	91,64	929,51	

Зав. производством:

Бакиева Е.С.

Калькулятор:

Маклакова О.М.

Соц. педагог:

Русанова Н.М.

Мед. работник:

Мамедова Д.В.

Утверждаю:

ИП Яркова И.В.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 17 января 2024 г.

Горячий завтрак 1 смена

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	200	65-14	20,13	40,65	9,89	265,1	№ 340-2004
Чай с молоком	200	12-93	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Йогурт в индивидуальной упаковке	95	26-65	0,4	0,0	9,8	95	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	22,86	40,95	45,39	470,85	

Горячий завтрак 2 смена

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из говядины	51/150	79-97	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Сок в индивидуальной упаковке	200	22-75	0,4	0,0	23,0	92,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	15,13	14,0	80,02	501,04	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат овощной	60	7-09	3,55	5,77	3,42	47,74	
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	12/250/10	33-88	8,78	8,74	20,1	185,52	№ 132-2004
Бефстроганов из говядины	50.50	75-05	15,99	21,09	5,54	274,78	№423-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	14-42	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		138-40	41,35	42,11	105,08	921,59	

Зав. производством:

Бакиева Е.С.

Калькулятор:

Маклакова О.М.

Соц. педагог:

Русанова Н.М.

Мед. работник:

Мамедова Д.В.



Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М.

М е н ю

на 18 января 2024 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Огурцы свежие (поджаривание)	29	9-75	0,46	3,0	1,48	34,38	№ 17-2013
Биточки рубленые из птицы запеченные, с соусом томатным	90.30	63-80	14,98	15,6	15,32	252,29	№498-2004 №587-2004
Пюре картофельное	180	21-83	6,07	6,29	43,27	267,44	№ 520-2004
Компот из вишни	200	9-34	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	23,74	25,19	91,99	688,46	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Винегрет овощной	60	12-06	1,09	6,05	4,22	76,51	№ 71-2004
Щи с говядиной со сметаной	15/250/10	32-01	7,7	8,54	10,0	138,52	№ 124-2004
Плов из мяса	200	79-03	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Компот из вишни	200	9-34	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: Галин Галактионова Ю.В.

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.

В.А. Минирова

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М.

для
ДОКУМЕНТОВ

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9

на 19 января 2024 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	47.60	65-91	15,29	11,09	3,61	189,69	№437-2004
Каша гречневая рассыпчатая	180	17-31	10,54	7,09	54,0	327,67	№508-2004
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№ 685-2004
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	10,5	50,75	
Итого :		107-70	28,26	18,48	92,51	664,6	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Солнечный зайчик»	60	8-35	1,1	3,05	5,71	54,25	
Суп лапша домашняя с курицей	19/250	32-47	6,4	5,7	10,1	117,0	№ 148-2004
Жаркое по-домашнему	200	78-28	17,56	21,55	22,34	348,78	№436-2004
Компот из шиповника	200	13-84	0,8	-	29,96	120	№705-2004
Хлеб «Славянский» ржаной	50	5-46	2,75	0,5	16,04	95,0	
Итого :		138-40	28,61	30,8	84,15	735,03	

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

с 15 по 19 января 2024 г.

Экспресс завтрак

15.01.2024

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

16.01.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Шаньга картофельная	100	30-76	5,2	12,2	22,71	216,8
Компот из вишни	200	9-34	0,2	-	21,42	83,6
Итого:		40-10	5,4	12,2	44,13	300,4

17.01.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Булочка «Майская»	80	38-10	5,9	3,8	51,4	263,7
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	6,1	3,8	61,42	302,69

18.01.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Курник	100	38-10	9,24	10,8	25,35	244,0
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	-	10,02	38,99
Итого:		40-10	9,44	10,8	35,37	282,99

19.01.2024

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:

Галактионова Ю.В.