

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 28 сентября 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	166,91	90-58	7	9	5	172	№437-2004
Макаронные изделия отварные	150	10-77	5	6	35	221	№516-2004
Чай с сахаром	200	2-21	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Итого :	541,91	107-70	14	15	61	483	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша жидкая пшенная	205	34-76	4	4	19	221	№311-2004
Кофейный напиток	200	23-81	5	8	22	151	№692- 2004
Бутерброд с сыром	40,47	19-10	6	3	9	157	№3-2004
Кисломолочный продукт	95	30-03	-	-	10	95	
Итого :	540,47	107-70	15	15	60	624	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	15-62	2	3	3	57	№37-2004
Суп картофельный с бобовыми	260	21-29	9	6	22	185	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом	120	67-64	6	8	22	162	№462-2004 №528-1996
Пюре картофельное	150	23-36	3	7	21	164	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-21	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	50	8-28	4	-	22	102	
Итого за прием	880	138-40	24	24	100	709	

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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 29 сентября 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Плов из птицы	261,51	87-97	16	21	37	385	№492-2004
Напиток из плодов шиповника	200	11-45	-	-	24	94	№705-2004
Хлеб пшеничный	50	8-28	4	-	22	102	
Итого :	511,51	107-70	20	21	83	581	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	205	53-36	20	33	4	398	№340-2004
Какао с молоком	200	26-99	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2		11	51	
Сок	200	23-21	-	-	14	56	
Итого :	630	107-70	27	38	62	695	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	8-90	1	2	2	34	№37-2004
Щи из свежей капусты с картофелем	270	26-10	5	7	10	127	№ 124-2004
Котлеты с соусом	120	61-50	9	8	26	200	№451-2004 №528-1996
Макароны изделия отварные	150	10-77	5	6	35	221	№ 516-2004
Какао с молоком	200	26-99	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	0	11	51	
Итого за прием	825	138-40	27	28	117	823	

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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 30 сентября 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	205	53-36	12	15	26	291	№340-2004
Какао с молоком	200	26-99	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	0	11	51	
Сок	200	23-21	0	0	14	56	
Итого :	630	107-70	19	20	84	588	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	166,91	90-58	17	9	5	172	№437-2004
Макаронные изделия отварные	150	10-77	5	6	35	221	№516-2004
Чай с сахаром	200	2-21	0	0	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	0	11	51	
Итого :	541,91	107-70	24	15	61	483	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	66	13-72	1	2	2	34	№37-2004
Рассольник ленинградский	270	32-28	6	7	20	174	№ 132-2004
Бедро куриное запеченное	130	63-76	8	11	13	169	№ 494-2004 №528-1996
Каша рассыпчатая гречневая	150	14-90	9	8	43	279	№508-2004
Компот из ягод	200	9-60	1	0	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	0	11	51	
Итого за прием	841	138-40	27	28	117	823	

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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 1 октября 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Котлеты с соусом	110	56-41	8	3	25	151	№451-2004 №528-1996
Пюре картофельное	150	23-36	3	7	22	164	№520-2004
Компот из ягод	200	9-60	1	0	28	116	№511-2013
Бутерброд с сыром	40	18-33	7	10	9	157	№3-2004
Итого :	500	107-70	19	20	84	588	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша жидкая пшенная	205	34-76	4	5	19	221	№311-2004
Кофейный напиток	200	23-81	5	8	22	151	№692- 2004
Бутерброд с сыром	40,47	19-10	7	10	9	157	№3-2004
Кисломолочный продукт	95	30-03	-	-	10	95	
Итого :	540,47	107-70	16	23	60	624	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	35-75	2	3	3	57	№ 37-2004
Борщ с капустой и картофелем	270	29-77	5	8	13	145	№110-2004
Плов	250	62-49	12	13	47	350	№443-2004
Чай с лимоном	207	6-25	0	0	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	4	0	22	102	
Итого за прием	852	138-40	23	24	100	714	

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

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 9



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 2 октября 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Мясо тушенное	144,69	78-27	6	11	3	132	№433-2004
Каша рассыпчатая гречневая	150	14-90	9	8	43	279	№508-2004
Чай с лимоном	207	6-25	0	0	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	50	8-28	4	1	22	102	
Итого:	551,69	107-70	19	20	83	573	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Рыба, запеченная со сметаной и сыром	60	52-05	21	15	4	233	№341-2013
Пюре картофельное	150	23-36	3	7	22	164	№520-2004
Чай с сахаром	200	2-21	0	0	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	0	11	51	
Сдоба Выборгская	50	25-94	3	3	28	154	
Итого :	485	107-70	29	25	75	641	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	8-65	1	2	2	34	№37-2004
Рассольник домашний	270	38-24	6	7	13	139	№ 131-2004
Биточки с соусом	120	61-50	11	11	25	206	№451-2004 №528-1996
Рис отварной	150	16-27	4	6	31	225	№ 511-2004
Компот из ягод	200	9-60	1	0	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	0	11	51	
Итого за прием	825	138-40	25	26	110	771	

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