



«Утверждаю»
И.П. Яркова Н.В.

Согласовано.
И.О. Директора МАОУ СОШ № 9
Григорьева Е.В.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 4 декабря 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	49.60	69-21	15,29	11,09	3,61	189,69	№ 437-2004
Макароны отварные	180	14-01	6,18	4,96	43,97	240,96	№ 516-2004
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	23,9	16,35	82,48	577,89	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Артамоша»	60	17-15	3,55	5,77	3,42	47,74	
Суп гороховый с говядиной	24/250	39-99	9,18	7,84	22,3	196,92	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом	90/30	55-70	12,86	22,62	14,93	301,13	№ 462-2004 № 587-2004
Пюре картофельное	150	17-60	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	-	10,02	38,99	№ 685-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	34,9	42,07	107,73	909,15	

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

«Утверждаю»

ИП Яркова Н.В.



Директор МАОУ СОШ № 9
Григорьева.Е.В.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 5 декабря 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из курицы	190	71-40	24,22	15	29,03	352,06	№492-2004
Компот из шиповника	200	13-82	0,8	0,0	29,96	120	№705-2004
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	27,25	15,3	83,87	580,31	

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	№ 17-2013
Щи с говядиной со сметаной	14/250/10	30-47	7,7	8,54	10,0	138,52	№ 124-2004
Котлеты мясные с соусом	90.30	63-60	14,6	17,78	10,39	251,66	№451-2004 №578-2004
Макароны отварные	150	11-70	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Какао на молоке	200	18-32	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 за прием		138-40	37,58	39,46	106,32	901,07	

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:

И.О. Директора МАОУ СОШ № 9
Григорьева.Е.В.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 6 декабря 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Запеканка «Царская» с молоком сгущенным	150.20	77-63	13,75	9,87	32,86	279,3	10/5-2011
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№686-2004
Сдоба Выборгская с повидлом	130	28-07	9,1	5,9	79,9	410,02	
Итого :		107-70	23,05	15,77	122,78	728,31	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептур
Салат из свеклы с маслом растит	60	4-37	0,82	5,0	5,0	67,5	ТТК
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	10/250/10	31-08	8,78	8,74	20,1	185,52	№ 132-2004
Курица (бедро) запеченная	83	73-99	14,6	13,6	0,6	183,2	№ 494-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	15-08	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Компот из вишни	200	7-92	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 за прием		138-40	37,19	33,85	108,73	876,83	

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
И.О. Директора МАОУ СОШ № 9
Григорьева.Е.В.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

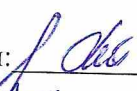
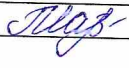
на 7 декабря 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Огурцы свежие (подгарнировка)	24	5-79	0,2	0,02	0,3	3,2	№ 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	21-06	6,07	6,29	43,27	267,44	№ 520-2004
Компот из вишни	200	7-92	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	662,4	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Степной»	60	10-62	0,75	9,06	4,66	103,32	№ 25-2004
Борщ с говядиной и сметаной	19/250/10	38-40	7,78	9,44	13,42	156,52	№ 110-2004
Плов из говядины	200	78-21	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Чай с сахаром с лимоном	200.15.7	5-21	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	25,38	32,8	90,78	739,64	

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

«Утверждаю»
ИП Яркова Н.В.



Директора МАОУ СОШ № 9
Григорьева Е.В.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 8 декабря 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Говядина тушеная	41.60	61-03	15,97	15,64	3,17	204,64	№433-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	15-08	10,54	7,09	54,0	327,67	№508-2004
Чай с сахаром с лимоном	200.7	5-21	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Яблоко	150	23-40	0,6	0,0	12,9	60,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	29,44	23,03	95,77	703,06	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат овощной	60	6-90	1,11	3,13	8,94	59,45	
Рассольник домашний с говядиной со сметаной	11/250/10	34-12	7,98	8,74	13,02	150,52	№ 131-2004
Биточки мясные с соусом	90.30	63-60	14,6	17,78	10,39	251,66	№451-2004 №578-2004
Рис отварной	150	19-90	4,28	5,1	40,42	227,15	№ 511-2004
Компот из вишни	200	7-92	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	32,22	35,35	115,19	873,88	

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

«Утверждаю»
ИП Яркова Н.В.



Директора МБОУ СОШ № 9
Григорьева.Е.В.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА М е н ю

Столовая школы № 9

с 4 по 8 декабря 2023 г.

Экспресс завтрак

4.12.2023

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

5.12.2023

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Шаньга картофельная	100	32-18	5,2	12,2	22,71	216,8
Компот из вишни	200	7-92	0,2	-	21,42	83,6
Итого:		40-10	5,4	12,2	44,13	300,4

6.12.2023

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

7.12.2023

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

8.12.2023

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.