



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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 16 октября 2023 г.

Горячий завтрак 1 смена

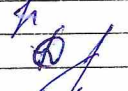
Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша «Дружба» вязкая на молоке с маслом сливочным	200.5	27-94	8,32	12,78	37,08	284,44	№302-2004
Кофейный напиток с молоком	200	16-12	2,67	4,2	23,63	123,49	№692-2004
Хлеб ржаной с сыром	25.11	11-64	7,01	5,76	9,62	129,0	
Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке	95	26-65	0,4	0,0	9,8	95,0	
Яблоко	150	25-35	0,3	0,0	8,6	60,0	
Итого :		107-70	18,7	22,74	88,73	691,93	

Горячий завтрак 2 смена

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	49.60	68-58	19,44	21,41	10,06	291,34	№ 437-2004
Макароны отварные	150	11-40	5,68	4,49	36,59	212,67	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Сок в индивидуальной упаковке	200	22-75	0,4	0,0	22,0	90,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	28,0	26,17	93,58	700,8	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из моркови с огурцом яйцом	60	11-75	3,45	7,5	4,87	99,45	№ 12-2013
Суп гороховый с говядиной	12/250	23-73	1,3	7,7	20,38	183,6	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом	90/30	55-20	11,13	19,33	13,66	262,96	№462-2004 №587-2004
Пюре картофельное	150	17-02	3,07	4,89	21,9	150,06	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Сок в индивидуальной упаковке	200	22-75	0,4	0,0	22,0	90,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого за прием		138-40	24,11	39,96	122,65	960,66	

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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 17 октября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Куриное бедро запеченное с соусом томатным	90.30	85-71	16,2	15,1	16,85	252,29	№ 494-2004 №578-2004
Картофельное пюре	150	17-02	3,07	4,89	21,9	150,06	№520-2004
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	21,75	20,26	63,68	509,14	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свежих огурцов	62	13-10	0,6	0,1	2,0	47,1	№ 17-2013
Щи с говядиной со сметаной	10/250/10	26-19	5,79	7,77	11,21	138,31	№ 124-2004
Котлеты мясные рубленая с соусом томатным	90.30	63-44	23,48	10,02	7,5	172,41	№451-2004 №578-2004
Макароны отварные	150	11-40	5,68	4,49	36,59	212,67	№ 516-2004
Какао на молоке	200	18-31	2,67	4,2	23,69	123,49	№693-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого за прием		138-40	42,78	27,12	110,81	829,58	

Зав. производством:

Калькулятор:

Соц. педагог:

Мед. работник:

Антипова Е.Ю.

Маклакова О.М.

Русанова Н.М.

Преснякова О.А.



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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 18 октября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов с курицы	240	66-91	24,22	15	29,03	352,06	№492-2004
Какао на молоке	200	18-31	2,67	4,2	23,69	123,49	№693-2004
Сок в индивидуальной упаковке	125	19-50	0,25	0,0	14,38	57,5	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	29,42	19,47	82,01	600,85	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с м/растит	60	4-86	0,1	7,1	4,2	61,45	ТТК
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	10/250/10	30-85	6,39	7,07	21,01	152,23	№ 132-2004
Курица (бедро) запеченная	80	71-80	16,2	15,1	16,85	252,29	№ 494-2004
Картофельное пюре	150	17-02	3,07	4,89	21,9	150,06	№520-2004
Компот из вишни	200	7-91	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого за прием		138-40	30,52	34,7	115,2	835,23	

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
И.О. Директора МАОУ СОШ № 9
Митроценкова Н.Н.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 19 октября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Тефтели с соусом	90/30	55-20	11,13	19,33	13,66	262,96	№462-2004 №587-2004
Макароны отварные	150	11-40	5,68	4,49	36,59	212,67	№516-2004
Компот ягодный	200	11-47	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке	95	26-65	0,4	0,0	9,8	95,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,28	0,27	14,91	67,8	
Итого :		107-70	19,69	24,09	96,38	722,03	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Артамоша»	60	17-99	0,1	7,1	4,2	61,45	ТТК
Борщ с говядиной и сметаной	12/250/10	30-30	5,39	7,77	14,01	179,23	№ 110-2004
Плов из говядины	200	78-56	15,06	19,43	45,19	405,79	№370-2013
Чай с сахаром с лимоном	200.15.7	5-59	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого за прием		138-40	25,41	34,84	108,42	842,07	

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 20 октября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему из говядины	200	77-34	13,53	15,37	32,61	320,48	№ 436-2004
Чай с сахаром с лимоном	200,7	5-59	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Сок в индивидуальной упаковке	200	22-04	0,4	0,0	23,0	92,0	
Хлеб «Славянский» ржаной	25	2-73	2,28	0,12	14,91	57	
Итого :		107-70	16,51	15,49	85,72	529,48	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Синьор помидор»	60	6-93	0,05	3,55	2,1	43	№ 17-2013
Рассольник домашний с говядиной со сметаной	11/250/10	34-26	5,59	7,07	13,61	138,31	№ 131-2004
Биточки мясные с соусом	90.30	63-44	23,48	10,02	7,5	172,41	№451-2004 №578-2004
Рис отварной	150	19-90	3,88	5,17	40,42	227	№ 511-2004
Компот из вишни	200	7-91	0,2	-	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого за прием		138-40	37,76	26,35	114,87	799,92	

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