

Утверждаю:
ИИ-Яркова Н.В.



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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 12 октября 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша «Дружба»	205	32-93	6	5	32	232	№355-2022
Кофейный напиток	200	23-89	5	8	22	151	№692-2004
Бутерброд с сыром	42	20-85	7	10	9	157	№3-2004
Кисломолочной продукт	95	30-03	5	4	17	124	
Итого :	542	107-70	23	27	80	664	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	149,72	88-44	17	9	5	172	№ 437-2004
Макаронные изделия отварные	180	12-90	6	7	39	246	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	2-22	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Итого :	554,72	107-70	25	16	65	508	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	14-77	2	3	3	57	№37-2004
Суп картофельный с бобовыми	260	22-78	9	6	22	185	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом	130	66-55	10	10	11	176	№462-2004 №528-1996
Пюре картофельное	180	27-94	4	8	26	197	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-22	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Итого за прием	895	138-40	28	27	83	705	

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

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 13 октября 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Куриное бедро запеченное	178	83-44	21	20	1	265	№ 494-2004 №528-1996
Каша рассыпчатая гречневая	180	17-90	11	10	52	335	№508-2004
Чай с сахаром	200	2-22	-	-	10	38	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Итого :	583	107-70	34	30	74	689	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему	195,32	67-31	18	10	23	250	№436-2004
Компот из ягод	200	9-60	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб ржаной	50	7-58	2		16	96	
сок	200	23-21	-		14	56	
Итого :	645,32	107-70	21	10	81	518	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	105	30-53	2	3	3	57	№ 37-2004
Рассольник ленинградский	270	37-19	6	7	20	174	№ 132-2004
Гуляш	100	46-42	13	7	4	132	№ 437-2004
Каша рассыпчатая гречневая	180	17-90	11	10	52	335	№508-2004
Чай с сахаром	200	2-22	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Итого за прием	880	138-40	34	27	100	788	

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

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 14 октября 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	189	53-27	20	33	4	398	№340-2004
Какао с молоком	200	27-08	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
сок	200	23-21	-	-	14	56	
Итого :	633,7	107-70	27	38	62	695	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша «Дружба»	205	32-93	6	5	32	232	№355-2022
Кофейный напиток	200	23-89	5	8	22	151	№692- 2004
Бутерброд с сыром	42	20-85	7	10	9	157	№3-2004
Кисломолочной продукт	95	30-03	5	4	17	124	
Итого :	542	107-70	23	27	80	664	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	13-90	2	3	3	57	№37-2004
Щи из свежей капусты с картофелем	270	31-07	5	7	10	127	№ 124-2004
Биточки с соусом	120	66-79	5	5	34	206	№451-2004 №528-1996
Макаронные изделия отварные	180	12-90	6	7	39	246	№ 516-2004
Компот из ягод	200	9-60	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Итого за прием	895	138-40	21	22	125	803	

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

Утверждаю:

ИП Яркова Н.В.



Клишечко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9

на 15 октября 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Тефтели 2 вариант с соусом	130	75-07	10	10	11	176	№462-2004 №528-2004
Макаронные изделия отварные	180	12-90	6	7	39	246	№516-2004
Напиток из плодов шиповника	200	11-45	-	-	24	94	№705-2004
Хлеб пшеничный	50	8-28	4	-	22	102	
Итого :	560	107-70	20	17	96	618	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Куриное бедро запеченное с соусом	162	73-40	21	20	1	265	№ 494-2004 №528-1996
Пюре картофельное	180	27-94	4	8	26	197	№520-2004
Чай с сахаром	200	2-22	-	-	10	38	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Итого :	567	107-70	27	28	48	551	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	27-48	2	3	3	57	№ 37-2004
Борщ с капустой и картофелем	270	31-94	5	8	13	145	№ 110-2004
Плов	200	68-58	22	12	38	350	№443-2004
Чай с лимоном	208	6-26	-	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Итого за прием	803	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.



Утверждаю:

ИП Яркова Н.В.



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

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА М е н ю

Столовая школы № 9

на 16 октября 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему	304,66	90-52	27	15	35	375	№436-2004
Компот из ягод	200	9-60	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб ржаной	50	7-58	2		16	96	
Итого :	554,66	107-70	30	15	79	587	

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	54,4	47-46	23	17	4	259	№ 341-2013
Пюре картофельное	180	27-94	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 :	509,4	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	35-65	6	7	13	139	№ 131-2004
Биточки с соусом	110	54-13	5	5	37	223	№451-2004 №528-1996
Рис отварной	180	23-37	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.

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



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

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

с 12 по 16 октября 2026 г.

Экспресс завтрак

12.10.2026

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская со сгущ. молоком	70	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

13.10.2026

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с малиной	65	37-88	4,1	3,2	40,0	204,6
Чай с сахаром	200	2-22	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	4,3	3,2	50,02	243,59

14.10.2026

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с абрикосом	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

15.10.2026

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

16.10.2026

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.