



## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 16 марта 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	33-75	6	5	32	232	№355-2022
Кофейный напиток	200	23-58	5	8	22	151	№692-2004
Бутерброд с сыром	45	17-41	7	10	9	157	№3-2004
Кисломолочной продукт	95	32-96	5	4	17	124	
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	<b>23</b>	<b>27</b>	<b>80</b>	<b>664</b>	

### Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	130	87-10	17	9	5	172	№ 437-2004
Макаронные изделия отварные	180	14-62	6	7	39	246	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	2-11	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	<b>25</b>	<b>16</b>	<b>65</b>	<b>508</b>	

### Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	19-03	2	3	3	57	№37-2004
Суп картофельный с бобовыми	260	22-22	9	6	22	185	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом	120	60-66	6	9	21	162	№462-2004 №528-1996
Пюре картофельное	150	26-65	3	7	22	164	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-11	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	50	7-73	4	-	22	102	
<b>Итого за прием</b>		<b>138-40</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>100</b>	<b>709</b>	

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



## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 17 марта 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	130	86-72	21	20	1	265	№ 494-2004
Каша рассыпчатая гречневая	180	15-00	11	10	52	335	№528-1996
Чай с сахаром	200	2-11	-	-	10	38	№508-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	№685-2004
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	<b>34</b>	<b>30</b>	<b>74</b>	<b>689</b>	

### Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему	200	67-95	18	10	23	250	№436-2004
Компот из ягод	200	9-45	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб ржаной	50	7-09	2		16	96	
сок	125	23-21	-		14	56	
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	<b>21</b>	<b>10</b>	<b>81</b>	<b>518</b>	

### Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	30-03	1	2	2	34	№37-2004
Рассольник ленинградский	270	41-20	6	10	27	174	№ 132-2004
Гуляш	90	44-84	5	6	4	119	№437-2004
Каша рассыпчатая гречневая	150	12-49	9	8	43	279	№508-2004
Чай с сахаром	200	2-11	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	50	7-73	4	-	22	102	
<b>Итого за прием</b>		<b>138-40</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>108</b>	<b>747</b>	

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



**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**  
**М е н ю**

Столовая школы № 9

на 18 марта 2026 г.

**Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше**

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	205	54-19	20	33	4	398	№340-2004
Какао с молоком	200	26-43	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
сок	125	23-21	-	-	14	56	
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	<b>27</b>	<b>38</b>	<b>62</b>	<b>695</b>	

**Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше**

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша «Дружба»	205	33-75	6	5	32	232	№355-2022
Кофейный напиток	200	23-58	5	8	22	151	№692- 2004
Бутерброд с сыром	45	17-41	7	10	9	157	№3-2004
Кисломолочной продукт	95	32-96	5	4	17	124	
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	<b>23</b>	<b>27</b>	<b>80</b>	<b>664</b>	

**Горячий обед**

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	12-40	1	2	2	34	№37-2004
Щи из свежей капусты с картофелем	270	30-24	5	7	10	127	№124-2004
Биточки с соусом	120	70-23	11	11	22	206	№451-2004 №528-1996
Макаронные изделия отварные	150	12-21	5	6	35	221	№516-2004
Компот из ягод	200	9-45	1	-	28	119	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-87	2		11	51	
<b>Итого за прием</b>		<b>138-40</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>108</b>	<b>758</b>	

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



## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! Меню

Столовая школы № 9

на 19 марта 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	76-10	10	10	11	176	№462-2004
Макаронные изделия отварные	180	14-62	6	7	39	246	№516-2004
Напиток из плодов шиповника	200	9-25	-	-	24	94	№705-2004
Хлеб пшеничный	50	7-73	4	-	22	102	
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	<b>20</b>	<b>17</b>	<b>96</b>	<b>618</b>	

### 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	130	69-84	21	20	1	265	№ 494-2004
Пюре картофельное	180	31-88	4	8	26	197	№528-1996
Чай с сахаром	200	2-11	-	-	10	38	№520-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	№685-2004
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>48</b>	<b>551</b>	

### Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	27-74	2	3	3	57	№ 37-2004
Борщ с капустой и картофелем	270	31-23	5	8	13	145	№110-2004
Плов	200	64-92	12	13	47	350	№443-2004
Чай с лимоном	207	6-78	-	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	50	7-73	4	-	22	102	
<b>Итого за прием</b>		<b>138-40</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>100</b>	<b>714</b>	

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



## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! Меню

Столовая школы № 9

на 20 марта 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	300	91-16	27	15	35	375	№436-2004
Компот из ягод	200	9-45	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб ржаной	50	7-09	2		16	96	
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	<b>30</b>	<b>15</b>	<b>79</b>	<b>587</b>	

### 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	100	50-73	23	17	4	259	№ 341-2013
Пюре картофельное	180	31-88	4	8	26	197	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-11	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Сдоба выборгская	50	19-11	3	3	28	154	
<b>Итого :</b>		<b>107-70</b>	<b>32</b>	<b>28</b>	<b>79</b>	<b>700</b>	

### Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	6-72	1	2	2	34	№37-2004
Рассольник домашний	270	38-91	6	7	13	139	№ 131-2004
Биточки с соусом	120	59-59	5	5	34	206	№451-2004 №528-1996
Рис отварной	150	19-86	4	6	39	225	№ 511-2004
Компот из ягод	200	9-45	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
<b>Итого за прием</b>		<b>138-40</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>127</b>	<b>771</b>	

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



**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**  
**М е н ю**

Столовая школы № 9

с 18 по 20 марта 2026 г.

**Горячий завтрак (дополнительно) с 12 лет и старше**

**18.03.2026**

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Кондитерское изделие (Чоко пай)	28	19-74	1,1	5,1	18,6	124,6
Мандарин	210	80-26	1,7	0,4	10,0	79,8
<b>Итого:</b>		<b>100-00</b>	<b>2,8</b>	<b>5,5</b>	<b>28,6</b>	<b>204,4</b>

**19.03.2026**

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Кондитерское изделие (батончик)	38	48-13	3,1	14,2	15,7	204,1
Яблоко	200	51-87	1,2	0,5	17,0	78,2
<b>Итого:</b>		<b>100-00</b>	<b>4,3</b>	<b>14,7</b>	<b>32,7</b>	<b>282,3</b>

**20.03.2026**

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Кондитерское изделие (батончик)	30	38-53	1,2	10,3	17,3	166,5
Банан	237	61-47	3,6	1,2	49,8	227,5
<b>Итого:</b>		<b>100-00</b>	<b>4,8</b>	<b>11,5</b>	<b>67,1</b>	<b>394,0</b>

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



## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

с 16 по 20 марта 2026 г.

### Экспресс завтрак

16.03.2026

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с крем-брюле	80	37-99	8,2	8,1	58,2	361,1
Чай с сахаром	200	2-11	0,2	0,0	10,02	38,99
<b>Итого:</b>		<b>40-10</b>	<b>8,4</b>	<b>8,1</b>	<b>68,22</b>	<b>400,09</b>

17.03.2026

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская со сгущ. молоком	95	37-99	4,1	3,2	40,0	204,6
Чай с сахаром	200	2-11	0,2	0,0	10,02	38,99
<b>Итого:</b>		<b>40-10</b>	<b>4,3</b>	<b>3,2</b>	<b>50,02</b>	<b>243,59</b>

18.03.2026





Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с клубникой	95	37-99	8,2	8,1	58,2	361,1
Чай с сахаром	200	2-11	0,2	0,0	10,02	38,99
<b>Итого:</b>		<b>40-10</b>	<b>8,4</b>	<b>8,1</b>	<b>68,22</b>	<b>400,09</b>

19.03.2026

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Булочка с клюквой	80	37-99	7,5	13,2	60,9	394,0
Чай с сахаром	200	2-11	0,2	0,0	10,02	38,99
<b>Итого:</b>		<b>40-10</b>	<b>7,7</b>	<b>13,2</b>	<b>70,92</b>	<b>432,99</b>

20.03.2026

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с абрикосом	95	37-99	8,2	8,1	58,2	361,1
Чай с сахаром	200	2-11	0,2	0,0	10,02	38,99
<b>Итого:</b>		<b>40-10</b>	<b>8,4</b>	<b>8,1</b>	<b>68,22</b>	<b>400,09</b>

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



тверждаю:  
И.П. Яркина И.В.



## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

с 18 по 20 марта 2026 г.

### Экспресс завтрак (дополнительно) с 12 лет и старше

18.03.2026





Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Кондитерское изделие (Чоко пай)	28	19-74	1,1	5,1	18,6	124,6
Мандарин	210	80-26	1,7	0,4	10,0	79,8
<b>Итого:</b>		<b>100-00</b>	<b>2,8</b>	<b>5,5</b>	<b>28,6</b>	<b>204,4</b>

19.03.2026

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Кондитерское изделие (батончик)	38	48-13	3,1	14,2	15,7	204,1
Яблоко	200	51-87	1,2	0,5	17,0	78,2
<b>Итого:</b>		<b>100-00</b>	<b>4,3</b>	<b>14,7</b>	<b>32,7</b>	<b>282,3</b>

20.03.2026

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Кондитерское изделие (батончик)	30	38-53	1,2	10,3	17,3	166,5
Банан	237	61-47	3,6	1,2	49,8	227,5
<b>Итого:</b>		<b>100-00</b>	<b>4,8</b>	<b>11,5</b>	<b>67,1</b>	<b>394,0</b>

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