

Утверждено:
ИП Яркова Н.В.



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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 20 декабря 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из говядины	51/150	79-97	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Сок в индивидуальной упаковке	200	22-75	0,4	0,0	23,0	92,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Яблоко	160	27-58	0,6	0,0	16,3	76,0	
Кондитерское изделие (пирожное)	30	35-42	1,7	6,0	17,1	132,0	
Итого :		170-70	17,43	20,0	113,42	709,04	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Степной»	60	12-01	1,11	3,13	8,94	59,45	
Щи с говядиной со сметаной	11/250/10	26-91	7,7	8,54	10,0	138,52	№ 124-2004
Биточки мясные рубленые с соусом томатным	90.30	63-50	14,6	17,78	10,39	251,52	№451-2004 №578-2004
Макароны отварные	150	11-70	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Компот из шиповника	200	18-32	0,8	0,0	29,96	120,0	№705-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	33,41	34,18	116,93	871,79	

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 21 декабря 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Тефтели мясные с соусом томатным	85/30	52-55	12,86	22,62	14,93	301,13	№462-2004 №587-2004
Макароны отварные	150	11-70	5,15	4,13	36,64	200,8	№516-2004
Компот из шиповника	200	13-82	0,8	0,0	29,96	120,0	№705-2004
Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке	95	26-65	0,4	1,5	9,8	95	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Груша	190	63-00	0,6	0,0	17,2	76,0	
Итого :		170-70	21,84	28,55	119,03	843,68	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с сыром	60	17-57	3,85	8,27	3,91	105,78	№ 70-2013
Борщ с говядиной и сметаной	13/250/10	30-57	7,78	9,44	13,42	156,52	№ 110-2004
Плов из говядины	200	79-09	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	28,48	32,01	90,03	743,1	

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 22 декабря 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему из говядины	200	77-53	17,56	21,55	22,34	348,78	№ 436-2004
Чай с сахаром с лимоном	200.7	5-21	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Сок в индивидуальной упаковке	125	19-50	0,2	0,0	14,38	57,5	
Хлеб «Славянский» ржаной	50	5-46	2,75	0,5	16,04	95,0	
Мандарин	130	42-85	1,0	0,3	9,8	49,4	
Кондитерское изделие (Чоко пай)	28	20-15	1,1	5,1	18,6	124,6	
Итого :		170-70	22,91	27,45	96,36	735,28	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат »Веселая мазайка«	61	6-61	0,46	3,0	1,48	34,38	№ 17-2013
Рассольник домашний с говядиной со сметаной	10/250/10	32-35	7,98	8,74	13,02	150,52	№ 131-2004
Биточки мясные рубленые с соусом томатным	90.30	63-50	14,6	17,78	10,39	251,66	№451-2004 №578-2004
Рис отварной	150	20-66	4,28	5,1	40,42	227,15	№ 511-2004
Компот из вишни	200	9-32	0,2	-	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	31,57	35,22	107,73	848,81	

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