



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
М е н ю

Столовая школы № 9

на 3 февраля 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	90	67-04	12	6	4	119	№ 437-2004
Макаронные изделия отварные	150	12-97	5	6	35	221	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	2-15	-	-	10	39	№ 685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
Сок	125	22-10	-	-	14	56	
Итого :		107-70	19	12	74	486	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша жидкая пшенная	205	32-38	4	5	19	221	№ 311-2004
Кофейный напиток	200	20-04	5	8	22	151	№ 692-2004
Бутерброд с сыром	45	26-68	7	10	9	157	№ 3-2004
Кисломолочный продукт	95	28-60	-	-	10	95	
Итого :		107-70	16	23	60	624	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	20-62	1	2	2	34	№ 37-2004
Суп картофельный с бобовыми	260	26-93	9	6	22	185	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом	120	58-10	9	9	10	162	№ 462-2004 № 528-1996
Пюре картофельное	150	27-16	3	7	22	164	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-15	-	-	10	39	№ 685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	24	24	77	635	

Зав. производством: Антипова Е.Ю.
Калькулятор: Маклакова О.М.
Соц. педагог: Русанова Н.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 4 февраля 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Плов из птицы	200	73-01	15	15	27	308	№492-2004
Напиток из плодов шиповника	200	9-15	-	-	24	94	№705-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
Сок	125	22-10	-	-	14	56	
Итого :		107-70	17	15	76	509	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	205	61-40	20	33	4	398	№340-2004
Какао с молоком	200	20-76	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2		11	51	
Сок	125	22-10	-	-	14	56	
Итого :		107-70	27	38	62	695	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	5-20	1	2	2	34	№37-2004
Щи из свежей капусты с картофелем	270	29-51	5	7	10	127	№ 124-2004
Котлеты с соусом	120	66-52	5	5	34	206	№451-2004 №528-1996
Макароны изделия отварные	150	12-97	5	6	35	221	№ 516-2004
Какао с молоком	200	20-76	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2		11	51	
Итого за прием		138-40	23	25	125	829	

Зав. производством: Антипова Е.Ю.
Калькулятор: Маклакова О.М.
Соц. педагог: Русанова Н.М.



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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 5 февраля 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	205	61-40	20	33	4	398	№340-2004
Какао с молоком	200	20-76	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2		11	51	
Сок	125	22-10	-	-	14	56	
Итого :		107-70	27	38	62	695	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	90	67-04	12	6	4	119	№ 437-2004
Макаронные изделия отварные	150	12-97	5	6	35	221	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	2-15	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
Сок	125	22-10	-	-	14	56	
Итого :		107-70	19	12	74	486	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	9-50	1	2	2	34	№37-2004
Рассольник ленинградский	270	37-91	6	7	20	174	№ 132-2004
Бедро куриное запеченное	130	65-44	21	20	1	265	№ 494-2004
Каша рассыпчатая гречневая	150	13-33	9	8	43	279	№528-1996
Компот из ягод	200	8-78	1	-	28	116	№508-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	№511-2013
Итого за прием		138-40	40	37	105	919	

Зав. производством: Антипова Е.Ю.
Калькулятор: Маклакова О.М.
Соц. педагог: Русанова Н.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 6 февраля 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Котлеты с соусом	120	48-90	5	5	34	206	№451-2004 №528-1996
Пюре картофельное	150	27-16	3	7	22	164	№520-2004
Компот из ягод	200	8-78	1	-	28	116	№511-2013
Бутерброд с сыром	45	22-86	7	10	9	157	№3-2004
Итого :		107-70	16	22	93	643	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша жидкая пшеничная	205	36-20	4	5	19	221	№311-2004
Кофейный напиток	200	20-04	5	8	22	151	№692- 2004
Бутерброд с сыром	45	22-86	7	10	9	157	№3-2004
Кисломолочный продукт	95	28-60	-	-	10	95	
Итого :		107-70	16	23	60	624	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	6-75	1	2	2	34	№ 37-2004
Борщ с капустой и картофелем	270	32-91	5	8	13	145	№ 110-2004
Плов	200	90-16	22	12	38	350	№443-2004
Чай с лимоном	207	5-14	-	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	30	22	79	640	

Зав. производством: Антипова Е.Ю.
Калькулятор: Маклакова О.М.
Соц. педагог: Русанова Н.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 7 февраля 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Мясо тушенное	100	82-35	15	6	4	132	№433-2004
Каша рассыпчатая гречневая	150	13-33	9	8	43	279	№508-2004
Чай с лимоном	207	5-14	-	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	50	6-88	4	1	22	102	
Итого :		107-70	28	15	84	573	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Рыба, запеченная со сметаной и сыром	90	58-70	21	15	4	233	№ 341-2013
Пюре картофельное	150	27-16	3	7	22	164	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-15	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
Сдоба виборгская	50	16-25	3	3	28	154	
Итого :		107-70	29	25	75	641	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	5-20	1	2	2	34	№37-2004
Рассольник домашний	270	37-71	6	7	13	139	№ 131-2004
Биточки с соусом	120	58-54	5	5	34	206	№451-2004
Рис отварной	150	24-73	4	6	39	225	№528-1996
Компот из ягод	200	8-78	1	-	28	116	№ 511-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	№511-2013
Итого за прием		138-40	19	20	127	771	

Зав. производством: Антипова Е.Ю.
Калькулятор: Маклакова О.М.
Соц. педагог: Русанова Н.М.