



Утверждаю:
Н.П. Яркова/Н.П. Яркова

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

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 26 января 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	130	87-20	17	9	5	172	№ 437-2004
Макаронные изделия отварные	180	14-62	6	7	39	246	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	2-01	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого :		107-70	25	16	65	508	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша жидкая пшенная	205	32-89	4	5	19	221	№311-2004
Кофейный напиток	200	21-54	5	8	22	151	№692- 2004
Бутерброд с сыром	50	20-31	8	11	10	174	№3-2004
Кисломолочный продукт	95	32-96	-	-	10	95	
Итого :		107-70	17	24	61	641	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	15-19	2	3	3	57	№ 37-2004
Солянка из птицы	260	33-16	15	14	5	202	№ 158-2004
Мясо тушеное	100	47-11	15	6	4	132	№ 433-2004
Макаронные изделия отварные	180	14-62	6	7	39	246	№ 516-2004
Какао с молоком	200	24-45	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	45	35	95	878	

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



Утверждаю:
И.П. Яркова Н.В.

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

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 27 января 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Птица тушеная в соусе с овощами	100	50-59	7	6	9	119	№488-2004
Рис отварной	180	23-41	5	7	47	295	№511-2004
Чай с лимоном	207	6-62	-	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
сок	125	23-21	-	-	14	56	
Итого		107-70	14	13	96	581	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	205	56-17	20	33	4	398	№340-2004
Какао с молоком	200	24-45	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
сок	125	23-21	-	-	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	100	14-47	2	3	3	57	№ 37-2004
Суп из овощей	270	29-69	6	7	13	138	№ 135-2004
Шницель с соусом	130	65-68	5	5	37	223	№451-2004 №528-1996
Каша рассыпчатая гречневая	180	15-40	11	10	52	335	№508-2004
Компот из ягод	200	9-29	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого :		138-40	27	25	144	920	

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



Утверждаю:
И.П. Яркова Н.В.

Согласовано
Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 28 января 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Котлеты с соусом	130	62-86	5	5	37	223	№451-2004 №528-1996
Макаронные изделия отварные	180	14-62	6	7	39	246	№ 516-2004
Компот из ягод	200	9-29	1	-	28	116	№511-2013
Бутерброд с сыром	45	20-93	7	10	9	157	№3-2004
Итого		107-70	19	22	113	742	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Запеканка «Царская» с молоком сгущенным	200	86-58	15	13	32	305	10/5-2011
Чай с сахаром	200	2-01	-	-	10	39	№685-2004
Сдоба Выборгская	130	19-11	8	9	73	401	
Итого :		107-70	23	22	115	745	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	41-18	2	3	3	57	№37-2004
Суп - лапша домашняя	260	24-20	5	7	14	135	№ 148-2004
Жаркое по-домашнему	200	60-45	18	10	22	250	№436-2004
Напиток из плодов шиповника	200	9-03	-	-	24	94	№705-2004
Хлеб ржаной	25	3-54	1	-	8	48	
Итого :		138-40	26	20	71	584	

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 29 января 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	130	82-56	17	9	2	172	№437-2004
Каша рассыпчатая гречневая	180	15-40	11	10	52	335	№520-2004
Чай с сахаром	200	2-01	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	50	7-73	4	-	22	102	
Итого :		107-70	32	19	86	648	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Котлеты рубленые из птицы с соусом	130	68-10	20	25	14	362	№498-2004 №528-1996
Пюре картофельное	180	26-44	4	8	26	197	№520-2004
Компот из ягод	200	9-29	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-87	2		11	51	
Итого :		107-70	27	33	79	726	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырных овощей	100	17-89	2	3	3	57	№ 37-2004
Борщ с капустой и картофелем	270	27-28	5	8	13	145	№ 110-2004
Бефстроганов	100	50-29	18	12	6	203	№423-2004
Макаронные изделия отварные	180	14-62	6	7	39	246	№516-2004
Какао с молоком	200	24-45	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого :		138-40	38	35	105	892	

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



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

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 30 января 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Рыба запеченная со сметаной и сыром	100	56-27	23	17	4	259	№ 341-2013
Пюре картофельное	180	26-44	4	8	26	197	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-01	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Сдоба выборгская	50	19-11	3	3	28	154	
Итого :		107-70	32	28	79	700	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Тефтели 2 вариант с соусом	130	47-22	10	10	11	176	№462-2004 №528-2004
Макаронные изделия отварные	180	14-62	6	7	39	246	№516-2004
Напиток из плодов шиповника	200	9-03	-	-	24	94	№705-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Кисломолочный продукт	95	32-96	-	-	10	95	
Итого :		107-70	18	17	95	662	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	41-63	2	3	3	57	№ 37-2004
Пси из свежей капусты с картофелем	270	28-64	5	7	10	127	№ 124-2004
Плов	200	57-64	22	12	38	350	№443-2004
Чай с лимоном	200	6-62	1	-	15	60	№ 686-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого :		138-40	32	22	77	645	

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



Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

с 26 по 30 января 2026 г.

Экспресс завтрак

26.01.2026

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с повидлом	95	38-09	4,1	3,2	40,0	204,6
Чай с сахаром	200	2-01	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	4,3	3,2	50,02	243,59

27.01.2026

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с крем-брюле	80	38-09	8,2	8,1	58,2	361,1
Чай с сахаром	200	2-01	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	8,4	8,1	68,22	400,09

28.01.2026

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская со сгущ. молоком	95	38-09	8,2	8,1	58,2	361,1
Чай с сахаром	200	2-01	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	8,4	8,1	68,22	400,09

29.01.2026

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Булочка с клюквой	80	38-09	7,5	13,2	60,9	394,0
Чай с сахаром	200	2-01	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	7,7	13,2	70,92	432,99

30.01.2026

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с клубникой	95	38-09	8,2	8,1	58,2	361,1
Чай с сахаром	200	2-01	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.