



Согласовано:

И.О. Директора МАОУ СОШ № 9
Митрощенко Н.Н.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 13 октября 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша «Дружба»	205	32-28	6	5	32	232	№355-2022
Кофейный напиток	200	21-68	5	8	22	151	№692- 2004
Бутерброд с сыром	45	23-71	7	10	9	157	№3-2004
Кисломолочный продукт	95	30-03	5	4	17	124	
Итого :		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	100	63-34	13	7	4	132	№ 437-2004
Макаронные изделия отварные	180	15-19	6	7	39	246	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	2-09	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Сок	200	23-21	-	-	23	90	
Итого :		107-70	21	14	87	558	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	20-77	2	3	3	57	№37-2004
Суп картофельный с бобовыми	260	21-34	9	6	22	185	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом	130	65-25	10	10	11	176	№462-2004 №528-1996
Пюре картофельное	180	25-08	4	8	26	197	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-09	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	27	27	83	705	

Зав. производством:

Калькулятор:

Соц. педагог:

Мед.работник:

Бакиева Е.С.

Маклакова О.М.

Русанова Н.М

Петухова А.К.



Согласовано:
И.О. Директора МАОУ СОШ № 9
Митрощенко Н.Н.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 14 октября 2025 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	85-92	21	20	1	265	№ 494-2004 №528-1996
Каша рассыпчатая гречневая	180	15-82	11	10	52	335	№508-2004
Чай с сахаром	200	2-09	-	-	10	38	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого :		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	200	67-97	18	10	23	250	№436-2004
Компот из ягод	200	9-43	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб ржаной	50	7-09	2		16	96	
сок	125	23-21	-		14	56	
Итого :		107-70	21	10	81	518	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из вареных овощей	100	29-30	2	3	3	57	№ 37-2004
Рассольник ленинградский	270	33-07	6	7	20	174	№ 132-2004
Гуляш	100	54-25	13	7	4	132	№ 437-2004
Каша рассыпчатая гречневая	180	15-82	11	10	52	335	№508-2004
Чай с сахаром	200	2-09	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого за прием		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»

И.И. Яркова Н.В.

Яркова Н.В.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.

Митрощенко Н.Н.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9

на 15 октября 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	205	56-03	20	33	4	398	№340-2004
Какао с молоком	200	24-59	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 завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша «Дружба»	205	32-28	6	5	32	232	№355-2022
Кофейный напиток	200	21-68	5	8	22	151	№692-2004
Бутерброд с сыром	45	23-71	7	10	9	157	№3-2004
Кисломолочной продукт	95	30-03	5	4	17	124	
Итого :		107-70	23	27	80	664	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	13-26	2	3	3	57	
Щи из свежей капусты с картофелем	270	25-34	5	7	10	127	№ 124-2004
Биточки с соусом	120	71-31	5	5	34	206	№451-2004 №578-2004
Макаронные изделия отварные	180	15-19	6	7	39	246	№ 516-2004
Компот из ягод	200	9-43	1	-	28	116	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	21	22	125	803	

Зав. производством

Калькулятор:

Соц. педагог:

Мед.работник:

Бакиева Е.С.

Маклакова О.М.

Русанова Н.М.

Петухова А.К.

«Утверждаю»
ИП Яркова Н.В.



Согласовано:

И.О. Директора МАОУ СОШ № 9

Митрощенкова Н.Н.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 16 октября 2025 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	49-39	10	10	11	176	№462-2004 №528-2004
Макаронные изделия отварные	180	15-19	6	7	39	246	№516-2004
Напиток из плодов шиповника	200	9-22	-	-	24	94	№705-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Кисломолочный продукт	95	30-03	-	-	10	95	
Итого :		107-70	18	17	95	662	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Куриное бедро запеченное	130	76-66	21	20	1	265	№ 494-2004 №528-1996
Пюре картофельное	180	25-08	4	8	26	197	№520-2004
Чай с сахаром	200	2-09	-	-	10	38	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого :		107-70	27	28	48	551	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	33-13	2	3	3	57	№ 37-2004
Борщ с капустой и картофелем	270	30-94	5	8	13	145	№ 110-2004
Плов	200	64-39	22	12	38	350	№443-2004
Чай с лимоном	207	6-07	-	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого за прием		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.



Согласовано:

И.О. Директора МАОУ СОШ № 9
Митрощенкова Н.Н.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 17 октября 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

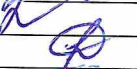
Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему	200	67-97	18	10	23	250	№436-2004
Компот из ягод	200	9-43	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб ржаной	50	7-09	2		16	96	
сок	125	23-21	-		14	56	
Итого :		107-70	21	10	81	518	

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	57-55	23	17	4	259	№ 341-2013
Пюре картофельное	180	25-08	4	8	26	197	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-09	-	-	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 обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из вареных овощей	100	8-44	2	3	3	57	№37-2004
Рассольник домашний	270	33-58	6	7	13	139	№ 131-2004
Биточки с соусом	120	58-75	5	5	37	223	№451-2004 №528-1996
Рис отварной	180	24-33	5	7	47	270	№ 511-2004
Компот из ягод	200	9-43	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого за прием		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:

И.О. Директора MAOU СОШ № 9

Митрощенкова Н.Н.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9

с 13 по 17 октября 2025 г.

Экспресс завтрак

13.10.2025

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

14.10.2025

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

15.10.2025

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

16.10.2025

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

17.10.2025

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

Зав. производством:

Калькулятор:

Соц. педагог:

Мед. работник:

Бакиева Е.С.

Маклакова О.М.

Русанова Н.М.

Петухова А.К.