

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9

на 11 декабря 2023 г.

Горячий завтрак

| Наименование блюда | Выход, г | Цена | Белки | Жиры | Углев | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|--|----------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------|
| Огурцы свежие | 70 | 17-05 | 0,5 | 0,1 | 1,3 | 9,2 | № 70-2013 |
| Курица, в соусе с томатом | 70.50 | 91-57 | 14,15 | 15,16 | 16,3 | 242,87 | №405-2013 |
| Макароны отварные | 180 | 14-00 | 6,18 | 4,96 | 43,97 | 240,96 | № 516-2004 |
| Чай с сахаром с лимоном | 200.8 | 5-45 | 0,3 | 0,0 | 15,2 | 60,0 | №686-2004 |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный | 25 | 2-98 | 2,03 | 0,3 | 10,5 | 50,75 | |
| Печенье «Двойная радость» | 50 | 50-00 | 2,50 | 11,00 | 31,5 | 235,0 | |
| Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке | 95 | 26-65 | 0,4 | 1,5 | 9,8 | 95 | |
| Итого : | | 207-70 | 26,06 | 33,02 | 128,57 | 933,78 | |

Горячий обед

| Наименование блюда | Выход, г | Цена | Белки | Жиры | Углев | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|--|-----------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|------------------------|
| Салат из свеклы с сыром | 60 | 17-54 | 3,85 | 8,27 | 3,91 | 105,78 | № 50-2004 |
| Суп из овощей с говядиной со сметаной | 12/250/10 | 26-91 | 6,02 | 7,9 | 14,6 | 155,4 | № 135-2004 |
| Шницель мясной рубленный с соусом томатным | 90.30 | 63-59 | 14,6 | 17,78 | 9,85 | 251,66 | №451-2004 №578-2004 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 15-08 | 8,78 | 5,91 | 45,0 | 273,06 | №508-2004 |
| Компот из вишни | 200 | 9-32 | 0,16 | 0,0 | 17,03 | 66,05 | №511-2013 |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный | 50 | 5-96 | 4,05 | 0,6 | 21,0 | 101,5 | |
| Итого : | | 138-40 | 37,43 | 40,46 | 111,39 | 953,45 | |

Зав. производством: Бакиева Е.С.
Калькулятор: Маклакова О.М.
Соц. педагог: Русанова Н.М.
Мед. работник: Мамедова Д.В.

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 12 декабря 2023 г.

Горячий завтрак

| Наименование блюда | Выход, г | Цена | Белки | Жиры | Углев | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|---------------------------------|----------|---------------|-------------|-------------|---------------|---------------|-------------|
| Жаркое по-домашнему из говядины | 49.150 | 76-15 | 17,56 | 21,55 | 22,34 | 348,78 | №436-2004 |
| Компот из вишни | 200 | 9-32 | 0,16 | 0,0 | 17,03 | 66,05 | №511-2013 |
| Сок в индивидуальной упаковке | 125 | 19-50 | 0,2 | 0,0 | 14,38 | 57,5 | |
| Хлеб «Славянский» ржаной | 25 | 2-73 | 1,38 | 0,25 | 8,02 | 47,5 | |
| Печенье «Двойная радость» | 50 | 50-00 | 2,50 | 11,00 | 31,5 | 235,0 | |
| Коктейль молочный | 200 | 50-00 | 5,8 | 8,6 | 25,0 | 193,2 | |
| Итого : | | 207-70 | 27,6 | 41,4 | 118,27 | 948,03 | |

Горячий обед

| Наименование блюда | Выход, г | Цена | Белки | Жиры | Углев | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|-------------------------------|----------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Салат «Веселая мазайка» | 60 | 6-46 | 0,67 | 6,0 | 2,99 | 68,58 | № 24-2004 |
| Солянка из птицы со сметаной | 250/10 | 38-69 | 16,8 | 15,3 | 4,82 | 214,6 | № 158-2004 |
| Гуляш из говядины | 40.60 | 57-27 | 15,29 | 11,09 | 3,61 | 189,69 | № 437-2004 |
| Макароны отварные | 150 | 11-70 | 5,15 | 4,13 | 36,64 | 200,8 | № 516-2004 |
| Какао на молоке | 200 | 18-32 | 4,98 | 5,36 | 22,58 | 154,34 | №693-2004 |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный | 50 | 5-96 | 4,05 | 0,6 | 21,0 | 101,5 | |
| Итого : | | 138-40 | 49,94 | 42,48 | 91,64 | 929,51 | |

Зав. производством: Бакиева Е.С.

Калькулятор: Маклакова О.М.

Соц. педагог: Русанова Н.М.

Мед. работник: Галактионова Ю.В.

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9

на 13 декабря 2023 г.

Горячий завтрак 1 смена

| Наименование блюда | Выход, г | Цена | Белки | Жиры | Углев | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|----------------------------------|----------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Омлет натуральный | 200 | 59-75 | 20,13 | 40,65 | 9,89 | 265,1 | №340-2004 |
| Какао на молоке | 200 | 18-32 | 4,98 | 5,36 | 22,58 | 154,3 | № 693-2004 |
| Йогурт в индивидуальной упаковке | 95 | 26-65 | 0,4 | 0,0 | 9,8 | 95 | |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный | 25 | 2-98 | 2,03 | 0,3 | 10,5 | 50,75 | |
| Пюре «Фрутто-няня» | 90 | 52-06 | 0,0 | 0,0 | 9,0 | 36,0 | |
| Мандарин | 140 | 47-94 | 1,0 | 0,2 | 9,0 | 45,6 | |
| Итого : | | 207-70 | 28,54 | 46,51 | 70,77 | 646,75 | |

Горячий завтрак 2 смена

| 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 | |
| Пюре «Фрутто-няня» | 90 | 52-06 | 0,0 | 0,0 | 9,0 | 36,0 | |
| Мандарин | 140 | 47-94 | 1,0 | 0,2 | 9,0 | 45,6 | |
| Итого : | | 207-70 | 16,13 | 14,2 | 98,02 | 582,64 | |

Горячий обед

| Наименование блюда | Выход, г | Цена | Белки | Жиры | Углев | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|---|-----------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------|
| Салат овощной | 60 | 6-90 | 3,55 | 5,77 | 3,42 | 47,74 | |
| Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной | 12/250/10 | 33-41 | 8,78 | 8,74 | 20,1 | 185,52 | № 132-2004 |
| Бефстроганов из говядины | 50,50 | 75-05 | 15,99 | 21,09 | 5,54 | 274,78 | №423-2004 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 15-08 | 8,78 | 5,91 | 45,0 | 273,06 | №508-2004 |
| Чай с сахаром | 200 | 2-00 | 0,2 | 0,0 | 10,02 | 38,99 | №685-2004 |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный | 50 | 5-96 | 4,05 | 0,6 | 21,0 | 101,5 | |
| Итого : | | 138-40 | 41,35 | 42,11 | 105,08 | 921,59 | |

Зав. производством:  Бакиева Е.С.
Калькулятор: _____ Маклакова О.М.
Соц. педагог:  Русанова Н.М.
Мед. работник:  Мамедова Д.В.

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

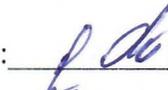
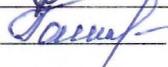
на 14 декабря 2023 г.

Горячий завтрак

| Наименование блюда | Выход, г | Цена | Белки | Жиры | Углев | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|---|----------|---------------|-------------|--------------|---------------|--------------|------------------------|
| Помидоры свежие | 60 | 19-83 | 0,9 | 0,1 | 3,0 | 16,3 | № 17-2013 |
| Биточки рубленые из птицы запеченные, с соусом томатным | 100.40 | 78-94 | 16,14 | 19,44 | 11,32 | 274,96 | №498-2004 №587-2004 |
| Пюре картофельное | 180 | 21-06 | 6,07 | 6,29 | 43,27 | 267,44 | № 520-2004 |
| Компот из вишни | 200 | 9-32 | 0,16 | 0,0 | 17,03 | 66,05 | №511-2013 |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный | 25 | 2-98 | 2,03 | 0,3 | 10,5 | 50,75 | |
| Груша | 230 | 75-57 | 0,6 | 0,0 | 17,2 | 92,0 | |
| Итого : | | 207-70 | 25,9 | 26,13 | 102,32 | 767,5 | |

Горячий обед

| Наименование блюда | Выход, г | Цена | Белки | Жиры | Углев | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|-------------------------------|-----------|---------------|-------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Винегрет овощной | 60 | 11-93 | 1,09 | 6,05 | 4,22 | 76,51 | № 71-2004 |
| Щи с говядиной со сметаной | 15/250/10 | 32-28 | 7,7 | 8,54 | 10,0 | 138,52 | № 124-2004 |
| Плов из мяса | 200 | 78-91 | 12,5 | 13,7 | 36,5 | 319,3 | №370-2013 |
| Компот из вишни | 200 | 9-32 | 0,16 | 0,0 | 17,03 | 66,05 | № 630-2004 |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный | 50 | 5-96 | 4,05 | 0,6 | 21,0 | 101,5 | |
| Итого : | | 138-40 | 25,5 | 28,89 | 88,75 | 701,88 | |

Зав. производством:  Бакиева Е.С.
Калькулятор:  Маклакова О.М.
Соц. педагог:  Русанова Н.М.
Мед. работник:  Галактионова Ю.В.

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9

на 15 декабря 2023 г.

Горячий завтрак

| Наименование блюда | Выход, г | Цена | Белки | Жиры | Углев | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|---------------------------------|----------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------|
| Гуляш из говядины | 46.60 | 65-12 | 15,29 | 11,09 | 3,61 | 189,69 | №437-2004 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 18-10 | 10,54 | 7,09 | 54,0 | 327,67 | №508-2004 |
| Чай с сахаром | 200 | 2-00 | 0,2 | 0,0 | 10,02 | 38,99 | № 685-2004 |
| Сок в индивидуальной упаковке | 125 | 19-50 | 0,2 | 0,0 | 14,38 | 57,5 | |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный. | 25 | 2-98 | 2,03 | 0,3 | 10,5 | 50,75 | |
| Йогурт питьевой | 290 | 79-95 | 8,1 | 5,8 | 34,5 | 223,3 | |
| Кондитерское изделие (Чоко пай) | 28 | 20-05 | 2,2 | 10,2 | 37,1 | 124,6 | |
| Итого : | | 207-70 | 38,56 | 34,48 | 164,11 | 1212,5 | |

Горячий обед

| Наименование блюда | Выход, г | Цена | Белки | Жиры | Углев | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|------------------------------|----------|---------------|--------------|-------------|--------------|---------------|-------------|
| Салат «Солнечный зайчик» | 60 | 8-35 | 1,1 | 3,05 | 5,71 | 54,25 | |
| Суп лапша домашняя с курицей | 18/250 | 33-19 | 6,4 | 5,7 | 10,1 | 117,0 | № 148-2004 |
| Жаркое по-домашнему | 200 | 77-58 | 17,56 | 21,55 | 22,34 | 348,78 | №436-2004 |
| Компот из шиповника | 200 | 13-82 | 0,8 | - | 29,96 | 120 | №705-2004 |
| Хлеб «Славянский» ржаной | 50 | 5-46 | 2,75 | 0,5 | 16,04 | 95,0 | |
| Итого : | | 138-40 | 28,61 | 30,8 | 84,15 | 735,03 | |

Зав. производством: _____ Бакиева Е.С.

Калькулятор: _____ Маклакова О.М.

Соц. педагог: _____ Русанова Н.М.

Мед. работник: _____ Мамедова Д.В.

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.

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

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
М е н ю

Столовая школы № 9

с 11 по 15 декабря 2023 г.

Экспресс завтрак

11.12.2023

| Наименование блюда | Выход, г | Цена | Белки | Жиры | Углев | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|---------------------------------|----------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------|
| Курица, в соусе с томатом | 59.50 | 77-81 | 14,15 | 15,16 | 16,3 | 242,87 | №405-2013 |
| Макаронны отварные | 180 | 14-00 | 6,61 | 5,36 | 42,51 | 248,43 | № 516-2004 |
| Чай с сахаром с лимоном | 200.7 | 5-21 | 0,3 | 0,0 | 15,2 | 60,0 | №686-2004 |
| Хлеб «Рябиноушка» йодированный | 25 | 2-98 | 2,03 | 0,3 | 10,5 | 50,75 | |
| Кондитерское изделие (Чоко пай) | 56 | 40-10 | 2,2 | 10,2 | 37,1 | 249,2 | |
| Итого : | | 140-10 | 25,29 | 31,02 | 121,61 | 851,25 | |

12.12.2023

| Наименование блюда | Выход, г | Цена | Белки | Жиры | Углев | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|----------------------------------|----------|---------------|-------------|-------------|--------------|---------------|-------------|
| Помидоры свежие (поджаривание) | 31 | 10-37 | 0,4 | 0,1 | 1,4 | 7,3 | № 22-2013 |
| Жаркое по- домашнему из говядины | 200 | 77-58 | 17,56 | 21,55 | 22,34 | 348,78 | №436-2004 |
| Компот из вишни | 200 | 9-32 | 0,16 | 0,0 | 17,03 | 66,05 | №511-2013 |
| Хлеб «Славянский» ржаной | 25 | 2-73 | 1,38 | 0,25 | 8,02 | 47,5 | |
| Сок в индивидуальной упаковке | 2/125 | 40-10 | 0,4 | 0,0 | 22,0 | 115,0 | |
| Итого : | | 140-10 | 19,9 | 21,9 | 70,79 | 584,63 | |

13.12.2023

| Наименование блюда | Выход, г | Цена | Белки | Жиры | Углев | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|---------------------------------|----------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------|
| Омлет натуральный | 185 | 55-95 | 15,1 | 30,5 | 7,4 | 198,93 | №340-2004 |
| Какао на молоке | 200 | 18-32 | 4,98 | 5,36 | 22,58 | 154,3 | № 693-2004 |
| Сок в индивидуальной упаковке | 200 | 22-75 | 0,4 | 0,0 | 23,0 | 92,0 | |
| Хлеб «Рябиноушка» йодированный | 25 | 2-98 | 2,03 | 0,3 | 10,5 | 50,75 | |
| Кондитерское изделие (Чоко пай) | 56 | 40-10 | 2,2 | 10,2 | 37,1 | 249,2 | |
| Итого : | | 140-10 | 24,71 | 46,36 | 100,58 | 745,18 | |

14.12.2023

| Наименование блюда | Выход, г | Цена | Белки | Жиры | Углев | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|---|----------|---------------|-------------|--------------|-------------|--------------|------------------------|
| Помидоры свежие (поджаривание) | 25 | 8-30 | 0,9 | 0,1 | 3,0 | 6,8 | № 17-2013 |
| Биточки рубленые из птицы запеченные, с соусом томатным | 100.40 | 78-94 | 16,14 | 19,44 | 11,32 | 274,96 | №498-2004 №587-2004 |
| Пюре картофельное | 180 | 21-06 | 6,07 | 6,29 | 43,27 | 267,44 | № 520-2004 |
| Компот из вишни | 200 | 9-32 | 0,16 | 0,0 | 17,03 | 66,05 | №511-2013 |
| Сок в индивидуальной упаковке | 125 | 19-50 | 0,2 | 0,0 | 14,38 | 57,5 | |
| Хлеб «Рябиноушка» йодированный | 25 | 2-98 | 2,03 | 0,3 | 10,5 | 50,75 | |
| Итого : | | 207-70 | 25,5 | 26,13 | 99,5 | 723,5 | |

15.12.2023

| Наименование блюда | Выход, г | Цена | Белки | Жиры | Углев | ЭЦ, ккал | № рецептуры |
|---------------------------------|----------|---------------|--------------|--------------|---------------|--------------|-------------|
| Гуляш из говядины | 55.60 | 76-92 | 15,29 | 11,09 | 3,61 | 189,69 | №437-2004 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 18-10 | 10,54 | 7,09 | 54,0 | 327,67 | №508-2004 |
| Чай с сахаром | 200 | 2-00 | 0,2 | 0,0 | 10,02 | 38,99 | № 685-2004 |
| Хлеб «Рябиноушка» йодированный. | 25 | 2-98 | 2,03 | 0,3 | 10,5 | 50,75 | |
| Кондитерское изделие (Чоко пай) | 56 | 40-10 | 2,2 | 10,2 | 37,1 | 249,2 | |
| Итого : | | 140-10 | 30,26 | 28,68 | 115,23 | 856,3 | |

Зав. производством: Бакиева Е.С.
Калькулятор: Маклакова О.М.
Соц. педагог: Русанова Н.М.
Мед. работник: Мамедова Д.В.