

Утверждаю:

ИП Яркова Н.В.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9

на 11 марта 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Курица, в соусе с томатом	72.50	86-72	14,15	15,16	16,3	242,87	№405-2013
Макароньы отварные	180	12-72	6,61	5,36	42,51	248,43	№ 516-2004
Чай с сахаром с лимоном	200.7	5-28	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	23,09	20,82	84,51	602,5	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	47.60	68-50	15,29	11,09	3,61	189,69	№ 437-2004
Макароньы отварные	180	12-72	6,61	4,96	43,97	240,96	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Сок в индивидуальной упаковке	125	21-45	0,2	0,0	14,38	57,5	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	23,9	16,35	82,48	577,89	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с сыром	60	18-50	3,85	8,27	3,91	105,78	№ 50-2004
Суп из овощей с говядиной со сметаной	10/250/11,6	28-16	6,02	7,9	14,6	155,4	№ 135-2004
Шницель мясной рубленый с соусом томатным	90.30	63-38	14,6	17,78	9,85	251,66	№451-2004 №578-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	13-00	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Компот из вишни	200	9-40	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

для
документов

Ключко О.М

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 12 марта 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему из говядины	195	74-12	17,56	21,55	22,34	348,78	№436-2004
Компот из вишни	200	9-40	0,16	0,0	17,03	66,05	№511-2013
Сок в индивидуальной упаковке	125	21-45	0,2	0,0	14,38	57,5	
Хлеб «Славянский» ржаной	25	2-73	1,38	0,25	8,02	47,5	
Итого :		107-70	19,3	21,8	61,77	519,83	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из курицы	244	69-35	24,22	15	29,03	352,06	№492-2004
Компот из шиповника	200	13-92	0,8	0,0	29,96	120	№705-2004
Сок в индивидуальной упаковке	125	21-45	0,2	0,0	14,38	57,5	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	27,25	15,3	83,87	580,31	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с маслом растит	60	5-26	0,67	6,0	2,99	68,58	№ 24-2004
Солянка из птицы со сметаной	10/250/10	37-84	16,8	15,3	4,82	214,6	№ 158-2004
Гуляш из говядины	40.60	59-31	15,29	11,09	3,61	189,69	№ 437-2004
Макароны отварные	150	10-63	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Какао на молоке	200	19-40	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 марта 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный с маслом	200.4	64-80	20,13	40,65	9,89	265,1	№ 340-2004
Чай с молоком	200	13-27	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
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	
Итого :		107-70	22,86	40,95	45,39	470,85	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из говядины	198	78-62	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Сок в индивидуальной упаковке	200	24-05	0,4	0,0	23,0	92,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	15,13	14,0	80,02	501,04	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Артамоша»	60	17-61	3,55	5,77	3,42	47,74	
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	11/250/10	33-86	8,78	8,74	20,1	185,52	№ 132-2004
Бефстроганов из говядины	40.60	65-92	15,99	21,09	5,54	274,78	№423-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	13-00	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Чай с сахаром	200	2-05	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

для
документов

Ключко О.М

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9

на 14 марта 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Биточки рубленые из птицы запеченные, с соусом томатным	100.40	73-72	16,14	19,44	11,23	274,96	№498-2004 №587-2004
Пюре картофельное	180	21-60	6,07	6,29	43,27	267,44	№ 520-2004
Компот из вишни	200	9-40	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	24,44	26,03	86,42	676,75	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша «Дружба» вязкая на молоке с маслом сливочным	200.10	34-55	9,54	8,37	43,63	301,46	№302-2004
Кофейный напиток с молоком	200	17-,32	4,78	7,7	22,07	151,34	№692- 2004
Хлеб ржаной с сыром	30/25	29-18	6,74	5,71	8,02	119,5	
Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке	95	26-65	0,4	0,0	9,8	95	
Итого :		107-70	21,46	21,78	83,52	667,3	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Винегрет овощной	60	12-24	1,09	6,05	4,22	76,51	№ 71-2004
Щи с говядиной со сметаной	11/250/10	29-19	7,7	8,54	10,0	138,52	№ 124-2004
Плов из мяса	200	81-61	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Компот из вишни	200	9-40	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 АПШЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 15 марта 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	45.60	65-60	15,29	11,09	3,61	189,69	№437-2004
Каша гречневая рассыпчатая	180	15-62	10,54	7,09	54,0	327,67	№508-2004
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	0,0	10,02	38,99	№ 685-2004
Сок в индивидуальной упаковке	125	21-45	0,2	0,0	14,38	57,5	
Хлеб «Рябинушка» йодированный.	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	28,26	18,48	92,51	664,6	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Минтай запеченный со сметаной и сыром	100	56-71	21,4	14,5	4,3	233,2	№ 341-2013
Пюре картофельное	180	21-60	6,07	6,29	43,27	267,44	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Сдоба Выборгская с крем-брюле	65	24-36	5,15	2,1	27,0	141,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	34,85	23,19	95,09	731,38	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат овощной	60	7-28	1,1	3,05	5,71	54,25	
Суп лапша домашняя с курицей	17/250	30-22	6,4	5,7	10,1	117,0	№ 148-2004
Жаркое по-домашнему	200	81-52	17,56	21,55	22,34	348,78	№436-2004
Компот из шиповника	200	13-92	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.

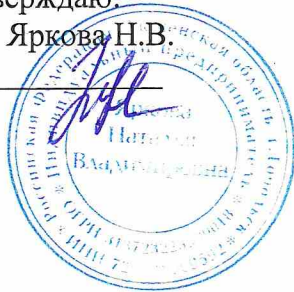
Утверждаю:

ИП Яркова Н.В.

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Меню

Столовая школы № 9

с 11 по 15 марта 2024 г.

Экспресс завтрак

11.03.2024

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Котлета рубленая из птицы	51	35-07	10,6	11,1	10,9	179,5
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	0,0	10,02	38,99
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75
Итого:		40-10	12,83	11,4	31,42	269,24

12.03.2024

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сыр	20	18-13	4,4	4,4	0,0	58,5
Макароны отварные с соусом	180.30	16-94	7,35	6,23	47,24	276,04
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	0,0	10,02	38,99
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75
Итого:		40-10	13,98	10,93	67,76	424,28

13.03.2024

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Котлета мясная рубленая	53	35-07	10,6	11,1	10,9	179,5
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	0,0	10,02	38,99
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75
Итого:		40-10	12,83	11,4	31,42	269,24

14.03.2024

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Каша «Дружба» вязкая на молоке с маслом сливочным	200/8	32-09	8,32	12,78	37,08	284,44
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	0,0	10,02	38,99
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5
Итого:		40-10	12,57	13,38	68,10	424,93

15.03.2024

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сыр	13,6	12-25	2,5	2,3	0,1	31,1
Каша гречневая рассыпчатая с соусом	180.30	19-84	8,78	5,91	45,0	273,06
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	0,0	10,02	38,99
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5
Итого:		40-10	15,53	8,81	76,12	444,65

Зав. производством: Бакиева Е.С.

Калькулятор: Маклакова О.М.

Соц. педагог: Русанова Н.М.

Мед. работник: Галактионова Ю.В.