

Утверждаю:

ИП Яркова Н.В.

Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М.



## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

### М е н ю

Столовая школы № 9

на 18 сентября 2023 г.

### Горячий завтрак 1 смена

| Наименование блюда                                | Выход, г | Цена          | Белки       | Жиры         | Углев.       | ЭЦ, ккал      | № рецептуры |
|---------------------------------------------------|----------|---------------|-------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Каша «Дружба» вязкая на молоке с маслом сливочным | 200.5    | 27-44         | 8,32        | 12,78        | 37,08        | 284,44        | №302-2004   |
| Кофейный напиток с молоком                        | 200      | 16-13         | 2,67        | 4,2          | 23,63        | 123,49        | №692-2004   |
| Хлеб ржаной с сыром                               | 25.15    | 14-19         | 7,01        | 5,76         | 9,62         | 129,0         |             |
| Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке      | 95       | 26-65         | 0,4         | 0,0          | 9,8          | 95,0          |             |
| Яблоко                                            | 130      | 23-29         | 0,3         | 0,0          | 8,6          | 60,0          |             |
| <b>Итого :</b>                                    |          | <b>107-70</b> | <b>18,7</b> | <b>22,74</b> | <b>88,73</b> | <b>691,93</b> |             |

### Горячий завтрак 2 смена

| Наименование блюда            | Выход, г | Цена          | Белки       | Жиры         | Углев.       | ЭЦ, ккал     | № рецептуры |
|-------------------------------|----------|---------------|-------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| Гуляш из говядины             | 49.60    | 68-64         | 19,44       | 21,41        | 10,06        | 291,34       | № 437-2004  |
| Макароны отварные             | 150      | 11-33         | 5,68        | 4,49         | 36,59        | 212,67       | № 516-2004  |
| 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          | 22,0         | 90,0         |             |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный | 25       | 2-98          | 2,28        | 0,27         | 14,91        | 67,8         |             |
| <b>Итого :</b>                |          | <b>107-70</b> | <b>28,0</b> | <b>26,17</b> | <b>93,58</b> | <b>700,8</b> |             |

### Горячий обед

| Наименование блюда            | Выход, г | Цена          | Белки        | Жиры         | Углев.        | ЭЦ, ккал      | № рецептуры            |
|-------------------------------|----------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|------------------------|
| Салат из свеклы с сыром       | 60       | 17-04         | 3,45         | 7,5          | 4,87          | 99,45         | № 50-2004              |
| Суп гороховый с говядиной     | 10/250   | 20-92         | 1,3          | 7,7          | 20,38         | 183,6         | № 139-2004             |
| Тефтели 2 вариант с соусом    | 90/30    | 52-16         | 11,13        | 19,33        | 13,66         | 262,96        | №462-2004<br>№587-2004 |
| Пюре картофельное             | 150      | 17-57         | 3,07         | 4,89         | 21,9          | 150,06        | № 520-2004             |
| 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          | 22,0          | 90,0          |                        |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный | 50       | 5-96          | 4,56         | 0,54         | 29,82         | 135,6         |                        |
| <b>Итого за прием</b>         |          | <b>138-40</b> | <b>24,11</b> | <b>39,96</b> | <b>122,65</b> | <b>960,66</b> |                        |

Зав. производством:

Калькулятор:

Соц. педагог:

Мед. работник:

Антипова Е.Ю.

Маклакова О.М.

Русанова Н.М.

Преснякова О.А.

Утверждаю:  
ИП Яркова Н.В.

Согласовано  
Директор МАОУ СОШ № 9  
Ключко О.М.



## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 19 сентября 2023 г.

### Горячий завтрак

| Наименование блюда                | Выход, г | Цена          | белки        | Жиры         | Углев.       | ЭЦ, ккал      | № рецептуры |
|-----------------------------------|----------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Куриное бедро запеченное с соусом | 90.40    | 64-27         | 16,2         | 15,1         | 16,85        | 252,29        | № 494-2004  |
| Картофельное пюре                 | 150      | 17-57         | 3,07         | 4,89         | 21,9         | 150,06        | №520-2004   |
| Компот из вишни                   | 200      | 7-93          | 0,2          | 0,0          | 21,42        | 83,6          | №511-2013   |
| Кондитерское изделие (мини рулет) | 30       | 14-95         | 2,52         | 5,52         | 15,45        | 120,3         |             |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный     | 25       | 2-98          | 2,28         | 0,27         | 14,91        | 67,8          |             |
| <b>Итого :</b>                    |          | <b>107-70</b> | <b>24,27</b> | <b>25,78</b> | <b>90,53</b> | <b>674,05</b> |             |

### Горячий обед

| Наименование блюда            | Выход, г  | Цена          | белки        | Жиры         | Углев.        | ЭЦ, ккал      | № рецептуры            |
|-------------------------------|-----------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|------------------------|
| Салат из свежих огурцов       | 60        | 12-62         | 0,6          | 0,1          | 2,0           | 47,1          | № 17-2013              |
| Щи с говядиной со сметаной    | 13/250/10 | 30-14         | 5,79         | 7,77         | 11,21         | 138,31        | № 124-2004             |
| Котлеты мясные с соусом       | 90.30     | 60-02         | 23,48        | 10,02        | 7,5           | 172,41        | №451-2004<br>№578-2004 |
| Макароны отварные             | 150       | 11-33         | 5,68         | 4,49         | 36,59         | 212,67        | № 516-2004             |
| Какао на молоке               | 200       | 18-33         | 2,67         | 4,2          | 23,69         | 123,49        | №693-2004              |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный | 50        | 5-96          | 4,56         | 0,54         | 29,82         | 135,6         |                        |
| <b>Итого за прием</b>         |           | <b>138-40</b> | <b>42,78</b> | <b>27,12</b> | <b>110,81</b> | <b>829,58</b> |                        |

Зав. производством:  Антипова Е.Ю.  
Калькулятор:  Маклакова О.М.  
Соц. педагог:  Русанова Н.М.  
Мед. работник:  Преснякова О.А.



Утверждаю:  
ИП Яркова Н.В.



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



## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 20 сентября 2023 г.

### Горячий завтрак

| Наименование блюда            | Выход, г | Цена          | Белки        | Жиры         | Углев        | ЭЦ, ккал      | № рецептуры |
|-------------------------------|----------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Плов с курицы                 | 250      | 64-81         | 24,22        | 15           | 29,03        | 352,06        | №492-2004   |
| Какао на молоке               | 200      | 18-33         | 2,67         | 4,2          | 23,69        | 123,49        | №693-2004   |
| Сок в индивидуальной упаковке | 200      | 21-58         | 0,4          | 0,0          | 23,0         | 92,0          |             |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный | 25       | 2-98          | 2,28         | 0,27         | 14,91        | 67,8          |             |
| <b>Итого :</b>                |          | <b>107-70</b> | <b>30,08</b> | <b>19,53</b> | <b>91,58</b> | <b>644,95</b> |             |

### Горячий обед

| Наименование блюда                              | Выход, г  | Цена          | Белки        | Жиры        | Углев        | ЭЦ, ккал      | № рецептуры |
|-------------------------------------------------|-----------|---------------|--------------|-------------|--------------|---------------|-------------|
| Салат из моркови с яйцом огурцом                | 60        | 10-92         | 0,1          | 7,1         | 4,2          | 61,45         | № 70-2013   |
| Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной | 11/250/10 | 33-24         | 6,39         | 7,07        | 21,01        | 152,23        | № 132-2004  |
| Курица (бедро) запеченная с соус                | 90.30     | 62-78         | 16,2         | 15,1        | 16,85        | 252,29        | № 494-2004  |
| Картофельное пюре                               | 150       | 17-57         | 3,07         | 4,89        | 21,9         | 150,06        | №520-2004   |
| Компот из вишни                                 | 200       | 7-93          | 0,2          | 0,0         | 21,42        | 83,6          | №511-2013   |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный                   | 50        | 5-96          | 4,56         | 0,54        | 29,82        | 135,6         |             |
| <b>Итого за прием</b>                           |           | <b>138-40</b> | <b>30,52</b> | <b>34,7</b> | <b>115,2</b> | <b>835,23</b> |             |

Зав. производством:  Антипова Е.Ю.  
Калькулятор: \_\_\_\_\_ Маклакова О.М.  
Соц. педагог:  Русанова Н.М.  
Мед. работник: \_\_\_\_\_ Преснякова О.А.

Утверждаю:  
ИП Яркова Н.В.



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



## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 21 сентября 2023 г.

### Горячий завтрак

| Наименование блюда                              | Выход, г | Цена          | Белки        | Жиры         | Углев.       | ЭЦ, ккал      | № рецептуры            |
|-------------------------------------------------|----------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|------------------------|
| Тефтели с соусом                                | 90/30    | 52-16         | 11,13        | 19,33        | 13,66        | 262,96        | №462-2004<br>№587-2004 |
| Макароны отварные                               | 155      | 11-76         | 5,68         | 4,49         | 36,59        | 212,67        | №516-2004              |
| Компот из смородины                             | 200      | 14-15         | 0,2          | 0,0          | 21,42        | 83,6          | №511-2013              |
| Йогуртовый продукт<br>в индивидуальной упаковке | 95       | 26-65         | 0,4          | 0,0          | 9,8          | 95            |                        |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный                   | 25       | 2-98          | 2,28         | 0,27         | 14,91        | 67,8          |                        |
| <b>Итого :</b>                                  |          | <b>107-70</b> | <b>19,69</b> | <b>24,09</b> | <b>96,38</b> | <b>722,03</b> |                        |

### Горячий обед

| Наименование блюда            | Выход, г  | Цена          | Белки        | Жиры         | Углев.        | ЭЦ, ккал      | № рецептуры |
|-------------------------------|-----------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------|
| Салат «Артамоша»              | 60        | 18-93         | 0,1          | 7,1          | 4,2           | 61,45         | ТТК         |
| Борщ с говядиной и сметаной   | 10/250/10 | 29-53         | 5,39         | 7,77         | 14,01         | 179,23        | № 110-2004  |
| Плов из говядины              | 200       | 78-38         | 15,06        | 19,43        | 45,19         | 405,79        | №370-2013   |
| Чай с сахаром с лимоном       | 200.15.7  | 5-60          | 0,3          | 0,0          | 15,2          | 60,0          | №686-2004   |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный | 50        | 5-96          | 4,56         | 0,54         | 29,82         | 135,6         |             |
| <b>Итого за прием</b>         |           | <b>138-40</b> | <b>25,41</b> | <b>34,84</b> | <b>108,42</b> | <b>842,07</b> |             |

Зав. производством: Антипова Е.Ю.  
Калькулятор: Маклакова О.М.  
Соц. педагог: Русанова Н.М.  
Мед. работник: Преснякова О.А.

Утверждаю:  
ИП Яркова Н.В.

Согласовано  
Директор МАОУ СОШ № 9  
Ключко О.М.

## ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 22 сентября 2023 г.

### Горячий завтрак

| Наименование блюда              | Выход, г | Цена          | Белки        | Жиры         | Углев        | ЭЦ, ккал      | № рецептуры |
|---------------------------------|----------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Жаркое по-домашнему из говядины | 200      | 77-79         | 13,53        | 15,37        | 32,61        | 320,48        | № 436-2004  |
| Чай с сахаром с лимоном         | 200,7    | 5-60          | 0,3          | 0,0          | 15,2         | 60,0          | № 686-2004  |
| Сок в индивидуальной упаковке   | 200      | 21-58         | 0,4          | 0,0          | 23,0         | 92,0          |             |
| Хлеб «Славянский» ржаной        | 25       | 2-73          | 2,28         | 0,12         | 14,91        | 57            |             |
| <b>Итого :</b>                  |          | <b>107-70</b> | <b>16,51</b> | <b>15,49</b> | <b>85,72</b> | <b>529,48</b> |             |

### Горячий обед

| Наименование блюда                          | Выход, г  | Цена          | Белки        | Жиры         | Углев.        | ЭЦ, ккал      | № рецептуры              |
|---------------------------------------------|-----------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------------------|
| Салат «Синьор помидор»                      | 60        | 6-04          | 0,05         | 3,55         | 2,1           | 43            | № 17-2013                |
| Рассольник домашний с говядиной со сметаной | 10/250/10 | 32-46         | 5,59         | 7,07         | 13,61         | 138,31        | № 131-2004               |
| Биточки мясные с соусом                     | 90.30     | 60-02         | 23,48        | 10,02        | 7,5           | 172,41        | № 451-2004<br>№ 578-2004 |
| Рис отварной                                | 150       | 19-77         | 3,88         | 5,17         | 40,42         | 227           | № 511-2004               |
| Компот из смородины                         | 200       | 14-15         | 0,2          | -            | 21,42         | 83,6          | № 511-2013               |
| Хлеб «Рябинушка» йодированный               | 50        | 5-96          | 4,56         | 0,54         | 29,82         | 135,6         |                          |
| <b>Итого за прием</b>                       |           | <b>138-40</b> | <b>37,76</b> | <b>26,35</b> | <b>114,87</b> | <b>799,92</b> |                          |

Зав. производством: \_\_\_\_\_ Антипова Е.Ю.  
Калькулятор: \_\_\_\_\_ Маклакова О.М.  
Соц. педагог: \_\_\_\_\_ Русанова Н.М.  
Мед. работник: \_\_\_\_\_ Преснякова О.А.