



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
М е н ю

Столовая школы № 9

на 16 сентября 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша «Дружба»	200.10	38-32	9,54	8,37	43,63	301,46	№302-2004
Кофейный напиток	200	18-45	4,78	7,7	22,07	151,34	№692- 2004
Хлеб ржаной с сыром	21/25	22-33	6,74	5,71	8,02	119,5	
Йогурт	95	28-60	0,4	0,0	9,8	95	
Итого :		107-70	21,46	21,78	83,52	667,3	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	106	67-59	15,29	11,09	3,61	189,69	№437-2004
Макароны отварные	150	12-03	5,15	4,13	36,64	200,8	№516-2004
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,5	50,75	
Сок	125	22-75	-	-	14,38	57,5	
Итого :		107-70	22,67	15,52	75,15	537,73	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с маслом растит	60	5-46	0,82	5,0	5,0	67,5	
Суп гороховый с мясом	26/250	45-08	9,18	7,84	22,3	196,92	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом	90/30	58-13	12,86	22,62	14,93	301,13	№462-2004 №587-2004
Картофельное пюре	150	21-13	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-55	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	32,17	41,3	109,31	928,91	

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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
М е н ю

Столовая школы № 9

на 17 сентября 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Куриное бедро запеченное	110,30	81-24	16,2	15,1	16,85	252,29	№ 494-2004
Картофельное пюре	150	21-13	5,06	5,24	36,06	222,87	№259-2004
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	-	10,02	38,99	№686-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	23,49	20,64	63,23	564,9	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему	193	73-93	17,56	21,55	22,34	348,78	№436-2004
Чай с лимоном	200.15.7	5-02	0,3	-	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб ржаной	50	6-00	2,75	0,5	16,04	95,0	
Сок	125	22-75	-	-	14,38	57,5	
Итого :		107-70	20,61	22,05	67,96	561,28	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Степной»	60	14-40	0,75	9,06	4,66	103,32	№ 25-2004
Рассольник ленинградский с мясом и сметаной	13/250/10	37-37	8,78	8,74	20,1	185,52	№ 132-2004
Гуляш из говядины	100	58-75	15,29	11,09	3,61	189,69	№ 437-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	12-46	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Компот из свежемороженных ягод	200	8-87	0,2	-	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-55	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	37,85	35,4	115,79	936,69	

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 18 сентября 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из мяса	198	80-36	15,06	19,43	45,19	405,79	№370-2013
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный.	25	3-28	2,28	0,27	14,91	67,8	
Сок	200	22-01	-	-	23,0	92,0	
Итого :		107-70	17,54	19,7	93,12	604,58	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша «Дружба»	200.10	38-32	9,54	8,37	43,63	301,46	№302-2004
Кофейный напиток	200	18-45	4,78	7,7	22,07	151,34	№692- 2004
Хлеб ржаной с сыром	21/25	22-33	6,74	5,71	8,02	119,5	
Йогурт	95	28-60	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
Салат овощной	60	13-08	1,11	3,13	8,94	59,45	
Щи с мясом со сметаной	12/250/10	30-54	7,7	8,54	10,0	138,52	№ 124-2004
Биточки мясные с соусом	90,30	67-15	14,6	17,78	10,39	251,52	№451-2004 №578-2004
Макароны отварные	150	12-03	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Компот из шиповника	200	9-05	0,8	-	29,96	120,0	№693-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-55	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	33,41	34,18	116,93	871,79	

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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 19 сентября 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Тефтели 2 вариант с соусом	76/30	49-94	12,86	22,62	14,93	301,13	№462-2004 №587-2004
Макароны отварные	150	12-03	5,15	4,13	36,64	200,8	№516-2004
Компот из шиповника	200	13-85	0,8	-	29,96	120,0	№705-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,5	50,75	
Йогурт	95	28-60	0,4	-	9,8	95	
Итого :		107-70	21,24	27,05	1101,83,83	767,68	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Куриное бедро запеченное	110,30	81-24	16,2	15,1	16,85	272,29	№ 494-2004
Картофельное пюре	150	21-13	5,06	5,24	43,06	222,87	№259-2004
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	-	10,02	38,99	№686-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	23,49	20,64	80,43	584,9	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с сыром	45	13-80	3,85	8,27	3,91	105,78	№ 50-2004
Борщ с мясом и сметаной	10/250/10	29-55	7,78	9,44	13,42	156,52	№ 110-2004
Плов из мяса	200	83-48	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Чай с лимоном	200.15.7	5-02	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-55	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	28,48	32,01	90,03	743,1	

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 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему	193	73-93	17,56	21,55	22,34	348,78	№436-2004
Чай с лимоном	200.15.7	5-02	0,3	-	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб ржаной	50	6-00	2,75	0,5	16,04	95,0	
Сок	125	22-75	-	-	14,38	57,5	
Итого :		107-70	20,61	22,05	67,96	561,28	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Рыба запеченная со сметаной и сыром	100	43-83	21,4	14,5	4,3	233,2	№ 341-2013
Картофельное пюре	150	21-13	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,5	50,75	
Выпечка	75	37-41	5,15	2,1	27,0	141,0	
Итого :		107-70	33,84	22,14	87,88	686,81	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свежих огурцов	60	11-72	0,46	3,0	1,48	34,38	№ 17-2013
Рассольник домашний с мясом и сметаной	10/250/10	35-43	7,98	8,74	13,02	150,52	№ 131-2004
Биточки мясные с соусом	70,30	53-70	14,6	17,78	10,39	251,66	№451-2004 №578-2004
Рис отварной	150	22-13	4,28	5,1	40,42	227,15	№ 511-2004
Компот из свежемороженых ягод	200	8-87	0,2	-	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-55	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	31,57	35,22	107,73	848,81	

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