



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 16 сентября 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша «Дружба»	200.10	39-33	9,54	8,37	43,63	301,46	№302-2004
Кофейный напиток	200	18-46	4,78	7,7	22,07	151,34	№692-2004
Хлеб ржаной с сыром	26/25	25-86	6,74	5,71	8,02	119,5	
Кисломолочной продукт	95	24-05	0,4	0,0	9,8	95	
Итого :		107-70	21,46	21,78	83,52	667,3	

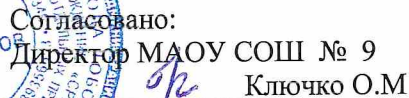
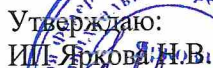
Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	104	64-59	15,29	11,09	3,61	189,69	№437-2004
Макароны отварные	180	15-02	6,18	4,96	43,97	240,96	№516-2004
Чай с сахаром	200	2-06	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	23,7	16,35	82,48	577,89	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с маслом растит	100	10-82	1,36	8,33	8,33	112,5	
Суп гороховый с мясом	16/250	30-11	9,18	7,84	22,3	196,92	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом	100/30	64-30	14,2	24,81	16,27	329,92	№462-2004 №587-2004
Картофельное пюре	180	24-56	6,07	6,29	43,27	267,44	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-06	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	35,06	47,87	121,19	1047,27	

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



Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Горячий обед

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



ИП Яркова Н.В.



Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М

Меню

на 18 сентября 2024 г.

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из мяса	195	77-01	15,06	19,43	45,19	405,79	№370-2013
Чай с сахаром	200	2-06	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный.	25	3-28	2,28	0,27	14,91	67,8	
Сок	200	25-35	-	-	23,0	92,0	
Итого :		107-70	17,54	19,7	93,12	604,58	

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша «Дружба»	200.10	39-33	9,54	8,37	43,63	301,46	№302-2004
Кофейный напиток	200	18-46	4,78	7,7	22,07	151,34	№692- 2004
Хлеб ржаной с сыром	20/25	21-31	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	

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат овощной	60	12-52	1,86	5,23	14,9	99,09	
Щи с мясом со сметаной	11/50/10	30-14	7,7	8,54	10,0	138,52	№ 124-2004
Биточки мясные с соусом	90,30	67-59	16,14	19,44	11,23	274,96	№451-2004 №578-2004
Макароны отварные	150	12-54	6,18	4,96	43,97	240,96	№ 516-2004
Компот из шиповника	200	9-06	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	36,73	38,77	131,06	975,03	

Мед. работник: Галицкая Галактионова Ю.В.

Утверждаю:
И.И. Яркова Н.В.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 19 сентября 2024 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	79,30	51-74	14,2	24,81	16,27	329,92	№462-2004 №587-2004
Макароны отварные	180	15-02	6,18	4,96	43,97	240,96	№516-2004
Компот из шиповника	200	9-06	0,8	-	29,96	120	№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	23,61	30,07	110,5	836,63	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Куриное бедро запеченное	105.30	77-80	18,0	16,77	18,72	280,3	№ 494-2004
Картофельное пюре	180	24-56	6,07	6,29	43,27	267,44	№259-2004
Чай с сахаром	200	2-06	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	26,3	23,36	82,51	637,48	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с сыром	45	13-68	6,44	10,46	6,55	146,47	№ 50-2004
Борщ с мясом и сметаной	10/250/10	30-40	7,78	9,44	13,42	156,52	№ 110-2004
Плов из мяса	200	82-74	15,4	15,9	48,7	399,5	№370-2013
Чай с лимоном	200.15.7	5-03	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	33,97	36,4	104,87	863,99	

Зав. производством:

Бакиева Е.С.

Калькулятор:

Маклакова О.М.

Соц. педагог:

Русанова Н.М.

Мед. работник:

Мамедова Д.В.

Утверждаю
И.И. 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 12 лет и старше

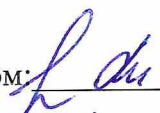
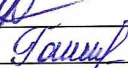
Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему	194	73-92	17,56	21,55	22,34	348,78	№436-2004
Чай с лимоном	200.15.7	5-03	0,3	-	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб ржаной	50	6-00	2,75	0,5	16,04	95,0	
Сок	125	22-75	-	-	14,38	57,5	
Итого :		107-70	20,61	22,05	67,96	561,28	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Рыба запеченная со сметаной и сыром	130	59-47	30,9	21,0	6,2	336,86	№ 341-2013
Картофельное пюре	180	24-56	6,07	6,29	43,27	267,44	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-06	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,5	50,75	
Выпечка	60	18-33	5,15	2,1	27,0	141,0	
Итого :		107-70	44,35	26,69	96,99	835,04	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свежих огурцов	60	12-65	0,76	5,0	2,47	57,3	№ 17-2013
Рассольник домашний с мясом и сметаной	10/250/10	33-15	7,98	8,74	13,02	150,52	№ 131-2004
Биточки мясные с соусом	72,30	54-97	16,14	19,44	11,23	274,96	№451-2004 №578-2004
Рис отварной	150	22-84	5,14	6,13	48,5	272,58	№ 511-2004
Компот из свежемороженых ягод	200	8-24	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	34,27	39,91	117,64	940,46	

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



Утверждаю
И.И. Яркова Н.В.



Согласовано
Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

с 16 по 20 сентября 2024 г.

Экспресс завтрак

16.09.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сыр	17	15-24	4,4	4,4	0,0	58,5
Макароны отварные с соусом	180.30	19-52	7,35	6,23	47,24	276,04
Чай с сахаром	200	2-06	0,2	0,0	10,02	38,99
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,5	50,75
Итого:		40-10	13,98	10,93	67,76	424,28

17.09.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с крем-брюле	100	35-07	8,2	8,1	58,2	361,1
Чай с сахаром с лимоном	200/7	5-03	0,3	0,0	15,2	60,0
Итого:		40-10	8,5	8,1	73,4	421,1

18.09.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Каша вязкая «Дружба» с маслом сливочным	200/5,3	31-49	9,54	8,37	43,63	301,46
Чай с сахаром	200	2-06	0,2	0,0	10,02	38,99
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	6-55	4,05	0,6	21,0	101,5
Итого:		40-10	13,79	8,97	74,65	441,95

19.09.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Шаньга картофельная	100	35-07	6,4	18,8	35,3	270,0
Чай с сахаром с лимоном	200/7	5-03	0,3	0,0	15,2	60,0
Итого:		40-10	6,7	18,8	50,5	330,0

20.09.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Огурцы свежие (поджаривание)	68	11-80	2,5	2,3	0,1	31,1
Каша гречневая рассыпчатая с соусом	180.30	19-69	8,78	5,91	45,0	273,06
Чай с сахаром	200	2-06	0,2	0,0	10,02	38,99
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	6-55	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: Мамедова Д.В.