



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
М е н ю

Столовая школы № 9

на 13 января 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Птица тушеная в соусе с овощами	90	64-49	6	5	8	107	№488-2004
Макаронные изделия отварные	150	12-51	5	6	35	221	№516-2004
Чай с лимоном	207	5-32	-	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	25	3-28	2	-	11	51	
сок	125	22-10	-	-	14	56	
Итого :		107-70	13	11	83	495	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов	200	80-23	22	12	38	350	№443-2004
Чай с сахаром	200	2-09	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-28	2	-	11	51	
Сок	125	22-10	-	-	14	56	
Итого :		107-70	24	12	73	496	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	11-18	2	3	3	57	№ 37-2004
Суп из овощей	270	32-51	6	7	13	138	№ 135-2004
Шницель	130	67-30	5	5	37	223	№451-2004
Соус красный основной							№528-1996
Каша рассыпчатая гречневая	180	15-42	11	10	52	335	№508-2004
Компот из ягод	200	8-71	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-28	2	-	11	51	
Итого :		138-40	27	25	144	920	

Зав. производством: Антипова Е.Ю.
Калькулятор: Маклакова О.М.
Соц. педагог: Русанова Н.М.

Утверждаю:

ИП Яркова Н.В.

Италья

В.А. Антипова



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9

на 14 января 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему	200	73-89	18	10	22	250	№436-2004
Компот из ягод	200	8-71	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб ржаной	25	3-00	1	-	8	48	
сок	125	22-10	-	-	14	56	
Итого :		107-70	20	10	72	470	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша жидкая геркулесовая	205	39-63	6	19	36	232	№311-2004
Кофейный напиток	200	18-45	5	8	22	151	№692-2004
Бутерброд с сыром	45	21-02	7	10	9	157	№3-2004
Кисломолочный продукт	95	28-60	-	-	10	95	
Итого :		107-70	18	37	77	635	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	8-79	2	3	3	57	№ 37-2004
Солянка из птицы	260	29-78	15	14	5	202	№ 158-2004
Гуляш	100	60-74	13	7	4	132	№ 437-2004
Макаронные изделия отварные	180	14-98	6	7	39	246	№ 516-2004
Какао с молоком	200	20-83	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-28	2	-	11	51	
Итого :		138-40	43	36	95	878	

Зав. производством: Антипова Е.Ю.

Калькулятор: Маклакова О.М.

Соц. педагог: Русанова Н.М.



Ш № 9
Очко О.М

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 15 января 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов	200	80-23	22	12	38	350	№443-2004
Чай с сахаром	200	2-09	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-28	2	-	11	51	
Сок	125	22-10	-	-	14	56	
Итого :		107-70	24	12	73	496	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	90	67-72	12	6	4	119	№ 437-2004
Макаронные изделия отварные	150	12-51	5	6	35	221	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	2-09	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-28	2	-	11	51	
Сок	125	22-10	-	-	14	56	
Итого :		107-70	19	12	74	486	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	11-93	2	3	3	57	№37-2004
Рассольник ленинградский	270	35-62	6	7	20	174	№ 132-2004
Бефстроганов	100	69-99	18	12	6	203	№423-2004
Каша рассыпчатая гречневая	180	15-49	11	10	52	335	№508-2004
Чай с сахаром	200	2-09	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-28	2	-	11	51	
Итого :		138-40	39	32	102	859	

Зав. производством: Антипова Е.Ю.
Калькулятор: Маклакова О.М.
Соц. педагог: Русанова Н.М.



Утверждаю:

ИП Яркова Н.В.



облаговано:

Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 16 января 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Котлеты, рубленые из птицы с соусом	120	57-02	18	23	13	334	№498-2004 №528-1996
Пюре картофельное	150	24-24	3	7	7	164	№520-2004
Компот из ягод	200	8-71	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-28	2	-	11	51	
Кондитерское изделие	20	14-45	-	3	15	92	
Итого :		107-70	24	33	74	757	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Запеканка «Царская» с молоком сгущенным	170	87-31	13	11	27	259	10/5-2011
Чай с сахаром	200	2-09	-	-	10	39	№685-2004
Сдоба выборгская	130	18-30	8	9	73	401	
Итого :		107-70	21	20	110	699	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	8-79	2	3	3	57	№ 37-2004
Щи из свежей капусты с картофелем	270	30-04	5	7	10	127	№ 124-2004
Плов	200	87-58	22	12	38	350	№443-2004
Компот из ягод	200	8-71	1	-	28	116	№ 511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-28	2	-	11	51	
Итого :		138-40	32	22	90	701	

Зав. производством: Антипова Е.Ю.

Калькулятор: Маклакова О.М.

Соц. педагог: Русанова Н.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9

на 17 января 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	90	67-36	12	6	4	119	№437-2004
Каша рассыпчатая гречневая	150	12-87	9	8	43	279	№508-2004
Чай с сахаром	200	2-09	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-28	2	-	11	51	
Сок	125	22-10	-	-	14	56	
Итого :		107-70	23	14	82	544	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Бедро куриное запеченное	130	78-09	21	20	1	265	№ 494-2004 №528-1996
Картофельное пюре	150	24-24	3	7	22	164	№520-2004
Чай с сахаром	200	2-09	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-28	2	-	11	51	
Итого :		107-70	26	27	44	519	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	15-18	2	3	3	57	№37-2004
Суп - лапша домашняя	260	21-58	5	7	14	135	№ 148-2004
Жаркое по-домашнему	200	89-59	18	10	22	250	№436-2004
Напиток из плодов шиповника	200	9-05	-	-	24	94	№705-2004
Хлеб ржаной	25	3-00	1	-	8	48	
Итого :		138-40	26	20	71	584	

Зав. производством: Антипова Е.Ю.
Калькулятор: Маклакова О.М.
Соц. педагог: Русанова Н.М.