

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 9

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 19 октября 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	161,66	89-62	9	11	13	172	№ 437-2004
Макаронные изделия отварные	150	11-72	5	6	35	221	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	2-22	0	0	10	39	№ 685-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	0	11	51	
Итого :	536,66	107-70	16	17	69	483	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша жидкая пшенная	205	35-53	4	5	19	221	№ 311-2004
Кофейный напиток	200	23-81	5	8	22	151	№ 692-2004
Бутерброд с сыром	40	18-33	7	10	9	157	№ 3-2004
Кисломолочный продукт	95	30-03	-	-	10	95	
Итого :	540	107-70	16	23	60	624	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	9-82	1	2	2	34	№ 37-2004
Солянка из птицы	260	36-17	6	7	5	202	№ 158-2004
Мясо тушеное	100	49-56	6	6	20	119	№ 437-2004
Макаронные изделия отварные	150	11-72	5	6	35	221	№ 516-2004
Какао с молоком	200	26-99	5	5	33	190	№ 693-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Итого за прием	795	138-40	25	26	106	817	

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

Клишова О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 20 октября 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Птица тушеная в соусе с овощами	94,74	53-26	14	15	8	107	№488-2004
Рис отварной	150	20-83	4	6	39	225	№511-2004
Чай с лимоном	207	6-26	0	0	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	0	11	51	
Сок	200	23-21	0	0	14	56	
Итого :	676,74	107-70	20	21	87	499	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	205	53-36	20	33	4	398	№340-2004
Какао с молоком	200	26-99	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2		11	51	
Сок	200	23-21	-	-	14	56	
Итого :	630	107-70	27	38	62	695	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	6-94	1	2	2	34	№ 37-2004
Суп из овощей	270	33-46	6	7	13	138	№ 135-2004
Шницель с соусом	130	69-25	8	11	20	205	№451-2004
Каша рассыпчатая гречневая	150	15-01	9	8	43	279	№508-2004
Компот из ягод	200	9-60	1	0	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	0	11	51	
Итого :	835	138-40	27	28	117	823	

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 ООУ СОШ №9

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 21 октября 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Котлеты с соусом	120	68-05	5	4	12	151	№451-2004 №528-1996
Макаронные изделия отварные	150	11-72	6	6	35	221	№516-2004
Компот из ягод	200	9-60	1	-	28	116	№511-2013
Бутерброд с сыром	40	18-33	7	10	9	99	№3-2004
Итого :	510	107-70	19	20	84	587	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Запеканка «Царская» с молоком, сгущенным	136	79-54	13	11	27	259	10/5-2011
Чай с сахаром	200	2-22	-	-	10	39	№685-2004
Сдоба выборгская	50	25-94	8	9	73	401	
Итого :	386	107-70	21	20	110	699	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	105	22-46	2	3	3	57	37-2004
Суп - лапша домашняя	260	23-11	5	7	14	135	№ 148-2004
Жаркое по-домашнему	250	73-10	12	14	38	318	№436-2004
Напиток их плодов шиповника	200	11-45	-	-	24	94	№705-2004
Хлеб пшеничный	50	8-28	4	-	22	102	
Итого :	865	138-40	23	24	101	706	

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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 22 октября 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	158	86-33	6	10	13	172	№437-2004
Каша рассыпчатая гречневая	150	15-01	9	8	43	279	№516-2004
Чай с сахаром	200	2-22	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Итого :	533	107-70	17	18	77	541	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Котлеты, рубленые из птицы с соусом	116	58-46	18	23	13	334	№498-2004 №528-1996
Пюре картофельное	150	24-31	3	7	7	164	№520-2004
Компот из ягод	200	9-60	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Кондитерское изделие	25	11-19	-	3	15	92	
Итого :	516	107-70	24	33	74	757	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	13-55	1	2	2	34	№ 37-2004
Борщ с капустой и картофелем	270	31-45	5	8	13	145	№ 110-2004
Бефстроганов	90	50-55	9	7	22	183	№423-2004
Макаронные изделия отварные	150	11-72	5	6	35	221	№516-2004
Какао с молоком	200	26-99	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Итого :	795	138-40	27	28	116	824	

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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 23 октября 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Рыба, запеченная со сметаной и сыром	59	51-09	11	10	13	203	№341-2013
Пюре картофельное	150	24-31	3	7	22	164	№520-2004
Чай с сахаром	200	2-22	0	0	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	0	11	51	
Сдоба выборгская	50	25-94	3	3	28	123	
Итого :	484	107-70	19	20	84	580	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Угле в	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Тефтели 2 вариант с соусом	95	50-36	9	9	10	164	№462-2004 №528-1996
Макаронные изделия отварные	150	11-72	5	6	35	221	№516-2004
Напиток из плодов шиповника	200	11-45	-	-	24	94	№705-2004
Хлеб пшеничный	25	4-14	2	-	11	51	
Кисломолочный продукт	95	30-03	-	-	10	95	
Итого :	565	107-70	17	15	90	625	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	28-43	2	3	3	57	№37-2004
Щи из свежей капусты с картофелем	270	30-58	5	7	10	127	№ 124-2004
Плов	220	64-85	13	16	54	385	№ 443-2004
Чай с лимоном	207	6-26	1	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	50	8-28	4		22	102	
Итого :	847	138-40	25	26	104	731	

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