

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



Согласовано
Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 19 января 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша «Дружба»	205	33-72	6	5	32	232	№355-2022
Кофейный напиток	200	21-47	5	8	22	151	№692-2004
Бутерброд с сыром	45	19-55	7	10	9	157	№3-2004
Ватрушка с творогом	50	32-96	5	4	17	124	
Итого :		107-70	23	27	80	664	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	130	87-53	17	9	6	172	№ 437-2004
Макаронные изделия отварные	150	14-34	5	6	35	221	№516-2004
Чай с сахаром	200	1-96	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
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	12-58	2	3	3	57	№37-2004
Суп картофельный с бобовыми	260	23-20	9	6	22	185	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом	120	68-71	9	9	10	162	№462-2004 №528-1996
Пюре картофельное	150	24-22	3	7	22	164	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	1-96	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	50	7-73	4	-	11	102	
Итого за прием		138-40	27	25	89	709	

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 января 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Бедро куриное запеченное с соусом	130	86-91	21	20	1	265	№ 494-2004 №528-1996
Каша рассыпчатая гречневая	150	14-96	9	8	43	279	№508-2004
Чай с сахаром	200	1-96	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого :		107-70	32	28	65	634	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему	200	70-39	18	10	22	250	№436-2004
Компот из ягод	200	10-56	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб ржаной	25	3-54	1	-	8	48	
Сок	125	23-21	-	-	14	56	
Итого :		107-70	20	10	72	470	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	28-09	1	2	2	34	№37-2004
Рассольник ленинградский	270	38-44	6	7	20	174	№ 132-2004
Гуляш	90	47-22	12	6	4	119	№437-2004
Каша рассыпчатая гречневая	150	14-96	9	8	43	279	№508-2004
Чай с сахаром	200	1-96	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	50	7-73	4	-	22	102	
Итого за прием		138-40	30	23	101	747	

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 СОПЕ № 9
Д.А. Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 21 января 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	205	56-24	20	33	4	398	№340-2004
Какао с молоком	200	24-38	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
сок	125	23-21	-	-	14	56	
Итого :		107-70	27	38	62	695	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша «Дружба»	205	33-72	6	5	32	232	№355-2022
Кофейный напиток	200	21-47	5	8	22	151	№692- 2004
Бутерброд с сыром	45	19-55	7	10	9	157	№3-2004
Ватрушка с творогом	50	32-96	5	4	17	124	
Итого :		107-70	23	27	80	664	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	9-13	1	2	2	34	№37-2004
Щи из свежей капусты с картофелем	270	31-55	5	7	10	127	№ 124-2004
Биточки с соусом	120	70-29	5	5	34	206	№451-2004 №528-1996
Макаронные изделия отварные	150	14-34	5	6	35	221	№ 516-2004
Компот из ягод	200	9-22	1	-	28	119	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-87	2		11	51	
Итого за прием		138-40	19	20	120	758	

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 22 января 2026 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	130	80-56	10	10	11	176	№462-2004 №528-1996
Макаронные изделия отварные	150	14-34	5	6	35	221	№516-2004
Напиток из плодов шиповника	200	8-93	-	-	24	94	№705-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого :		107-70	17	16	81	542	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Бедро куриное запеченное с соусом	130	77-65	21	20	1	265	№ 494-2004 №528-1996
Пюре картофельное	150	24-22	3	7	22	164	№520-2004
Чай с сахаром	200	1-96	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	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	34-27	2	3	3	57	№ 37-2004
Борщ с капустой и картофелем	270	31-05	5	8	13	145	№ 110-2004
Плов	200	58-81	22	12	38	350	№443-2004
Чай с лимоном	207	6-54	-	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	50	7-73	4	-	22	102	
Итого за прием		138-40	33	23	91	714	

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 23 января 2026 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему	250	90-05	23	13	28	313	№436-2004
Компот из ягод	200	10-56	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб ржаной	50	7-09	2	-	16	96	
Итого :		107-70	26	13	72	525	

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	90	58-54	21	15	4	233	№ 341-2013
Пюре картофельное	150	24-22	3	7	22	164	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	1-96	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Сдоба Выборгская	50	19-11	3	3	28	154	
Итого :		107-70	29	25	75	641	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из вареных овощей	60	5-18	1	2	2	34	№37-2004
Рассольник домашний	270	34-28	6	7	13	139	№ 131-2004
Биточки с соусом	120	61-68	5	5	34	206	№451-2004 №528-1996
Рис отварной	150	24-17	4	6	39	225	№ 511-2004
Компот из ягод	200	9-22	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	19	20	127	771	

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