

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 3 февраля 2025

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептурь
Гуляш	100	64-76	13	7	4	132	№ 437-200
Макаронные изделия отварные	180	15-25	6	7	39	246	№ 516-200
Чай с сахаром	200	2-15	-	-	10	39	№ 685-200
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
Сок	200	22-10	-	-	23	90	
Итого :		107-70	21	14	87	558	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептурь
Каша жидкая пшениная	205	32-17	4	5	19	221	№ 311-2004
Кофейный напиток	200	20-21	5	8	22	151	№ 692- 200
Бутерброд с сыром	50	26-72	8	11	10	174	№ 3-2004
Кисломолочный продукт	95	28-60	-	-	10	95	
Итого :		107-70	17	24	61	641	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептурь
Салат из сырых овощей	100	9-88	2	3	3	57	№ 37-2004
Суп картофельный с бобовыми	260	26-60	9	6	22	185	№ 139-200
Тефтели 2 вариант с соусом	130	64-08	10	10	11	176	№ 462-200
							№ 528-199
Пюре картофельное	180	32-25	4	8	26	197	№ 520-200
Чай с сахаром	200	2-15	-	-	10	39	№ 685-200
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	27	27	83	705	

Зав. производством:  Бакиева Е.С.
Калькулятор: _____ Маклакова О.М.
Соц. педагог:  Русанова Н.М

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 4 февраля 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Плов из птицы	200	73-01	15	15	27	308	№492-2004
Напиток из плодов шиповника	200	9-15	-	-	24	94	№705-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
сок	200	22-10	-	-	23	90	
Итого :		107-70	17	15	85	543	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	205	59-38	20	33	4	398	№340-2004
Какао с молоком	200	22-78	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
сок	125	22-10	-	-	14	56	
Итого :		107-70	27	38	62	695	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	10-94	2	3	3	57	№37-2004
Щи из свежей капусты с картофелем	270	30-66	5	7	10	127	№ 124-2004
Котлеты с соусом	130	55-33	5	5	37	223	№451-2004 №528-1996
Макаронные изделия отварные	180	15-25	6	7	39	246	№ 516-2004
Какао с молоком	200	22-78	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	25	27	133	894	

Зав. производством: Бакиева Е.С.
Калькулятор: Маклакова О.М.
Соц. педагог: Русанова Н.М.

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



Согласовано
Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 5 февраля 2025 г

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	205	59-38	20	33	4	398	№340-2004
Какао с молоком	200	22-78	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
сок	125	22-10	-	-	14	56	
Итого :		107-70	27	38	62	695	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	100	64-76	13	7	4	132	№ 437-2004
Макаронные изделия отварные	180	15-25	6	7	39	246	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	2-15	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
Сок	200	22-10	-	-	23	90	
Итого :		107-70	21	14	87	558	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей.	100	9-66	2	3	3	57	№37-2004
Рассольник ленинградский	270	35-07	6	7	20	174	№ 132-2004
Бедро куриное запеченное с соусом	130	64-46	21	20	1	265	№ 494-2004 №528-1996
Каша рассыпчатая гречневая	180	15-71	11	10	52	335	№508-2004
Компот из ягод	200	10-06	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	43	40	115	998	

Зав. производством:  Бакиева Е.С.
Калькулятор: _____ Маклакова О.М.
Соц. педагог:  Русанова Н.М.

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 6 февраля 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

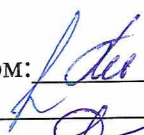
Наименование блюда	Выход, гр	Цена	белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Котлеты с соусом	130	45-52	5	5	37	223	№451-2004 №528-1996
Пюре картофельное	180	32-25	4	8	26	197	№520-2004
Компот из ягод	200	10-06	1	-	28	116	№511-2013
Бутерброд с сыром	45	19-87	7	10	9	157	№3-2004
Итого :		107-70	17	23	100	693	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша жидкая пшеничная	205	32-17	4	5	19	221	№311-2004
Кофейный напиток	200	20-21	5	8	22	151	№692-2004
Бутерброд с сыром	50	26-72	8	11	10	174	№3-2004
Кисломолочный продукт	95	28-60	-	-	10	95	
Итого :		107-70	17	24	61	641	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	12-09	2	3	3	57	№ 37-2004
Борщ с капустой и картофелем	270	31-16	5	8	13	145	№ 110-2004
Плов	200	86-57	22	12	38	350	№443-2013
Чай с лимоном	207	5-14	-	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	31	23	80	663	

Зав. производством:  Бакиева Е.С.
Калькулятор:  Маклакова О.М.
Соц. педагог:  Русанова Н.М.

Утверждаю:
И.И. Яркова Н.В.



Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 9
Клюшко О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 7 февраля 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Мясо тушенное	100	74-31	15	6	4	132	№433-2004
Каша рассыпчатая гречневая	180	15-71	11	10	52	335	№508-2004
Чай с лимоном	207	5-14	-	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
Кондитерское изделие	40	9-10	1	6	31	184	
Итого :		107-70	29	22	113	762	

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	100	53-61	23	17	4	259	№ 341-2013
Пюре картофельное	180	32-25	4	8	26	197	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-15	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
Сдоба выборгская	50	16-25	3	3	28	154	
Итого :		107-70	32	28	79	700	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	100	10-94	2	3	3	57	№37-2004
Рассольник домашний	270	38-23	6	7	13	139	№ 131-2004
Биточки с соусом	130	47-10	5	5	37	223	№451-2004 №528-1996
Рис отварной	180	28-63	5	7	47	270	№ 511-2004
Компот из ягод	200	10-06	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	21	22	139	856	

Зав. производством:  Бакиева Е.С.
Калькулятор: _____ Маклакова О.М.
Соц. педагог:  Русанова Н.М.

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

с 3 по 7 февраля 2025 г.

Экспресс завтрак

3.02.2025

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Каша жидкая пшениная с маслом сливочным	200/4,4	31-07	9,54	8,37	43,63	301,46
Чай с сахаром	200	2-15	0,2	0,0	10,02	38,99
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	6-88	4,05	0,6	21,0	101,5
Итого:		40-10	13,79	8,97	74,65	441,95

4.02.2025

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Булочка с клюквой	100	37-95	7,5	13,2	60,9	394,0
Чай с сахаром	200	2-15	-	-	10	39
Итого:		40-10	7,5	13,2	70,9	433

5.02.2025

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сыр	14	16-31	4,4	4,4	0,0	58,5
Макароны отварные с соусом	180.30	18-20	7,35	6,23	47,24	276,04
Чай с сахаром	200	2-15	0,2	0,0	10,02	38,99
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	3-44	2,03	0,3	10,5	50,75
Итого:		40-10	13,98	10,93	67,76	424,28

6.02.2025

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Шаньга картофельная	85	37-95	6,4	18,8	35,3	270,0
Чай с сахаром	200	2-15	-	-	10	39
Итого:		40-10	6,4	18,8	45,3	309

7.02.2025

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба «Майская»	60	37-95	4,1	3,2	40,0	204,6
Чай с сахаром	200	2-15	-	-	10	39
Итого:		40-10	4,1	3,2	50,00	243,6

Зав. производством: _____ Бакиева Е.С.
Калькулятор: _____ Маклакова О.М.
Соц. педагог: _____ Русанова Н.М.