

Утверждаю:
ИП Яркова Д.В.



Согласовано
Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 18 марта 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша «Дружба» вязкая на молоке с маслом сливочным	200.10	34-55	9,54	8,37	43,63	301,46	№302-2004
Кофейный напиток с молоком	200	17-34	4,78	7,7	22,07	151,34	№692- 2004
Хлеб ржаной с сыром	30/25	29-16	6,74	5,71	8,02	119,5	
Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке	95	26-65	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	44.60	65-24	15,29	11,09	3,61	189,69	№ 437-2004
Макаронь отварные	180	12-72	6,18	4,96	43,97	240,96	№ 516-2004
Чай с сахаром с лимоном	200.7	5-31	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Сок в индивидуальной упаковке	125	21-45	0,2	0,0	14,38	57,5	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,75	50,75	
Итого :		107-70	24,0	16,35	87,91	598,9	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с маслом растит	60	5-26	0,82	5,0	5,0	67,5	ТТК
Суп гороховый с говядиной	31/250	50-98	9,18	7,84	22,3	196,92	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом томатным	90/30	56-08	12,86	22,62	14,93	301,13	№462-2004 №587-2004
Пюре картофельное	150	18-06	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-06	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	32,17	41,3	109,31	928,91	

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

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 19 марта 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Куриное бедро запеченное соус томатный	95.30	81-06	14,6	13,6	0,6	203,6	№ 494-2004 №587-2004
Картофельное пюре	180	21-60	6,07	6,29	43,27	267,44	№520-2004
Чай с сахаром.	200	2-06	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	22,9	20,19	64,39	560,78	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Курица, в соусе с томатом	65.50	80-14	14,15	15,16	16,3	242,87	№405-2013
Рис отварной	180	22-52	4,66	6,2	48,50	272,4	№ 511-2004
Чай с сахаром	200	2-06	0,2	0,0	10,02	38,99	№693-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,75	50,75	
Итого :		107-70	21,04	21,66	85,57	605,01	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Степной»	60	10-78	0,75	9,06	4,66	103,32	№ 25-2004
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	15/250/10	39-51	8,78	8,74	20,1	185,52	№ 132-2004
Гуляш из говядины	40.60	60-05	14,6	13,6	0,6	183,2	№ 494-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	12-68	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Компот из вишни	200	9-42	0,2	-	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	37,16	37,91	112,78	930,2	

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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
М е н ю

Столовая школы № 9

на 20 марта 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из говядины	198	78-61	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Чай с сахаром	200	2-06	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Сок в индивидуальной упаковке	200	24-05	0,4	0,0	23,0	92,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	15,13	14,0	80,02	501,04	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Огурцы свежие (подгарнировка)	29	9-72	0,2	0,02	0,3	3,2	№ 70-2013
Котлеты мясные с соусом	90.30	63-98	16,14	19,44	11,23	274,96	№451-2004 №578-2004
Пюре картофельное	180	21-60	6,07	6,29	43,27	267,44	№ 520-2004
Компот из вишни	200	9-42	0,16	0,0	17,03	66,05	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,75	50,75	
Итого :		107-70	24,6	26,05	82,58	662,4	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат овощной	60	7-28	1,11	3,13	8,94	59,45	
Щи с говядиной со сметаной	17/250/10	36-61	7,7	8,54	10,0	138,52	№ 124-2004
Биточки мясные рубленые с соусом томатным	90.30	63-98	14,6	17,78	10,39	251,52	№451-2004 №578-2004
Макароны отварные	150	10-63	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Компот из шиповника	200	13-94	0,8	0,0	29,96	120,0	№705-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	33,41	34,18	116,93	871,79	

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:

И.О. директора МАОУ СОШ № 9

Григорьева Е.В.

для
ДОКУМЕНТОВ

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 21 марта 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Тефтели мясные соус красный основной	82/30	51-41	12,86	22,62	14,93	301,13	№462-2004 №587-2004
Макароны отварные	180	12-72	6,18	4,96	43,97	240,96	№516-2004
Компот из шиповника	200	13-94	0,8	0,0	29,96	120,0	№705-2004
Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке	95	26-65	0,4	1,5	9,8	95	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	22,27	29,38	109,16	807,84	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	44.60	65-99	15,29	11,09	3,61	189,69	№437-2004
Каша гречневая рассыпчатая	180	15-22	10,54	7,09	54,0	327,67	№508-2004
Чай с сахаром	200	2-06	0,2	0,0	10,02	38,99	№ 685-2004
Сок в индивидуальной упаковке	125	21-45	0,2	0,0	14,38	57,5	
Хлеб «Рябинушка» йодированный.	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	28,26	18,48	92,51	664,6	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с сыром	51	15-70	3,85	8,27	3,91	105,78	№ 70-2013
Борщ с говядиной и сметаной	10/250/10	29-82	7,78	9,44	13,42	156,52	№ 110-2004
Плов из говядины	200	81-61	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Чай с сахаром с лимоном	200.15.7	5-31	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	28,48	32,01	90,03	743,1	

Зав. производством:

Бакиева Е.С.

Калькулятор:

Маклакова О.М.

Соц. педагог:

Русанова Н.М.

Мед. работник:

Мамедова Д.В.

Утверждаю:
ИП Яркова И.В.

Согласовано:

И.о. директора МАОУ СОШ № 9
Григорьева Е.В.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 22 марта 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 из говядины	198	78-21	17,56	21,55	22,34	348,78	№ 436-2004
Чай с сахаром с лимоном	200,7	5-31	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Сок в индивидуальной упаковке	125	21-45	0,2	0,0	14,38	57,5	
Хлеб «Славянский» ржаной	25	2-73	1,38	0,25	8,02	47,5	
Итого :		107-70	19,44	21,8	59,94	513,78	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Минтай запеченный со сметаной и сыром	100	56-65	21,4	14,5	4,3	233,2	№ 341-2013
Пюре картофельное	180	21-60	6,07	6,29	43,27	267,44	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-06	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Сдоба Выборгская с крем-брюле	65	24-41	5,15	2,1	27,0	141,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	34,85	23,19	95,09	731,38	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с маслом растит	60	5-26	0,46	3,0	1,48	34,38	№ 17-2013
Рассольник домашний с говядиной со сметаной	10/250/11	34-63	7,98	8,74	13,02	150,52	№ 131-2004
Биточки мясные рубленые с соусом томатным	90.30	63-98	14,6	17,78	10,39	251,66	№451-2004 №578-2004
Рис отварной	150	19-15	4,28	5,1	40,42	227,15	№ 511-2004
Компот из вишни	200	9-42	0,2	-	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	31,57	35,22	107,73	848,81	

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



Утверждаю:
И.П. Яркова Н.В.



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

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

с 18 по 22 марта 2024 г.

Экспресс завтрак

18.03.2024

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Каша вязкая «Дружба» с маслом сливочным	200/8	32-08	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	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5
Итого:		40-10	13,79	8,97	74,65	441,95

19.03.2024

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Булочка «Дорожная»	113	34-79	7,5	13,2	60,9	394,0
Чай с сахаром с лимоном	200.7	5-31	0,3	0,0	15,2	60,0
Итого:		40-10	7,8	13,2	76,1	454,0

20.03.2024

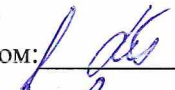
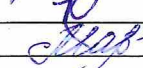
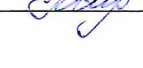
Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Котлета мясная рубленая	53	35-06	10,6	11,1	10,9	179,5
Чай с сахаром	200	2-06	0,2	0,0	10,02	38,99
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75
Итого:		40-10	12,83	11,4	31,42	269,24

21.03.2024

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сыр	20	17-52	4,4	4,4	0,0	58,5
Макароны отварные с соусом	180.30	17-54	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	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75
Итого:		40-10	13,98	10,93	67,76	424,28

22.03.2024

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Булочка «Домашняя»	120	34-79	7,5	13,2	60,9	394,0
Чай с сахаром с лимоном	200.7	5-31	0,3	0,0	15,2	60,0
Итого:		40-10	7,8	13,2	76,1	454,0

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