

Утверждаю:

ИП Яковлева Н.В.



Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9

на 9 января 2024 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	49.60	69-20	15,29	11,09	3,61	189,69	№ 437-2004
Макароны отварные	180	14-01	6,18	4,96	43,97	240,96	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	2-01	0,2	0,0	10,02	38,99	№ 685-2004
Сок в индивидуальной упаковке	125	19-50	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	23,9	16,35	82,48	577,89	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Артамоша»	60	17-27	3,55	5,77	3,42	47,74	
Суп гороховый с говядиной	23/250	39-17	9,18	7,84	22,3	196,92	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом	90/30	55-76	12,86	22,62	14,93	301,13	№ 462-2004 № 587-2004
Пюре картофельное	150	18-23	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-01	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	34,9	42,07	107,73	909,15	

Зав. производством:

Бакиева Е.С.

Калькулятор:

Маклакова О.М.

Соц. педагог:

Русанова Н.М.

Мед. работник:

Мамедова Д.В.

Утверждаю:

ИП Яркова Н.В.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 10 января 2024 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Запеканка «Царская» с молоком сгущенным	150.20	78-23	13,75	9,87	32,86	279,3	10/5-2011
Чай с сахаром	200	2-01	0,2	0,0	10,02	38,99	№686-2004
Сдоба Выборгская с повидлом	130	27-46	9,1	5,9	79,9	410,02	
Итого :		107-70	23,05	15,77	122,78	728,31	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептур
Салат из свеклы с маслом растит	66	5-04	0,82	5,0	5,0	67,5	ТТК
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	10/250/10	31-49	8,78	8,74	20,1	185,52	№ 132-2004
Курица (бедро) запеченная	90	72-15	14,6	13,6	0,6	183,2	№ 494-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	14-42	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Компот из вишни	200	9-34	0,16	0,0	17,03	66,05	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	37,19	33,85	108,73	876,83	

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

Утверждаю:

ИП Яркова Н.В.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 11 января 2024 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Огурцы свежие (подгарнировка)	29	9-96	0,2	0,02	0,3	3,2	№ 70-2013
Котлеты мясные с соусом	90.30	63-59	16,14	19,44	11,23	274,96	№451-2004 №578-2004
Пюре картофельное	180	21-83	6,07	6,29	43,27	267,44	№ 520-2004
Компот из вишни	200	9-34	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 «Степной»	60	10-73	0,75	9,06	4,66	103,32	№ 25-2004
Борщ с говядиной и сметаной	18/250/10	37-45	7,78	9,44	13,42	156,52	№ 110-2004
Плов из говядины	200	79-03	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Чай с сахаром с лимоном	200.15.7	5-23	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	25,38	32,8	90,78	739,64	

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 12 января 2024 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Говядина тушеная	40.60	59-53	15,97	15,64	3,17	204,64	№433-2004
Каша гречневая рассыпчатая	180	17-31	10,54	7,09	54,0	327,67	№508-2004
Чай с сахаром	200	2-01	0,2	0,0	10,02	38,99	№686-2004
Яблоко	150	25-87	0,6	0,0	12,9	60,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	29,34	23,03	90,59	682,05	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свежей капусты	60	6-07	1,11	3,13	8,94	59,45	
Рассольник домашний с говядиной со сметаной	10/250/10	32-78	7,98	8,74	13,02	150,52	№ 131-2004
Биточки мясные с соусом	90.30	63-59	14,6	17,78	10,39	251,66	№451-2004 №578-2004
Рис отварной	150	20-66	4,28	5,1	40,42	227,15	№ 511-2004
Компот из вишни	200	9-34	0,2	0,0	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	32,22	35,35	115,19	873,88	

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

с 9 по 12 января 2024 г.

Экспресс завтрак

9.01.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская со сгущ. молоком	80	17-35	5,9	3,8	51,4	263,7
Сок в индивидуальной упаковке	200	22-75	0,3	0,0	23,0	92,0
Итого:		40-10	6,2	3,8	74,4	355,7

10.01.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Булочка «Майская»	80	38-09	5,9	3,8	51,4	263,7
Чай с сахаром	200	2-01	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	6,1	3,8	61,42	302,69

11.01.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Курник	100	38-09	9,24	10,8	25,35	244,0
Чай с сахаром	200	2-01	0,2	-	10,02	38,99
Итого:		40-10	9,44	10,8	35,37	282,99

12.01.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба Выборгская с повидлом	80	17-35	5,9	3,8	51,4	263,7
Сок в индивидуальной упаковке	200	22-75	0,3	0,0	23,0	92,0
Итого:		40-10	6,2	3,8	74,4	355,7

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