



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
М е н ю

Столовая школы № 9

на 20 октября 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	90	64-19	12	6	4	119	№ 437-2004
Макаронные изделия отварные	150	14-34	5	6	35	221	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	2-09	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Сок	125	23-21	-	-	14	56	
Итого :		107-70	19	12	74	486	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша жидкая пшенная	205	35-11	4	5	19	221	№311-2004
Кофейный напиток	200	21-68	5	8	22	151	№692- 2004
Бутерброд с сыром	45	20-88	7	10	9	157	№3-2004
Кисломолочный продукт	95	30-03	-	-	10	95	
Итого :		107-70	16	23	60	624	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	11-32	1	2	2	34	№ 37-2004
Солянка из птицы	260	30-94	15	14	5	202	№ 158-2004
Мясо тушеное	100	53-34	15	6	4	132	№ 433-2004
Макаронные изделия отварные	150	14-34	5	6	35	221	№ 516-2004
Какао с молоком	200	24-59	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого за прием		138-40	43	33	90	830	

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

Утверждаю:
ИП Якова И.В.



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

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 21 октября 2025 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	90	49-17	6	5	8	107	№488-2004
Рис отварной	150	25-38	4	6	39	225	№511-2004
Чай с лимоном	207	6-07	-	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Сок	125	23-21	-	-	14	56	
Итого :		107-70	12	11	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	56-03	20	33	4	398	№340-2004
Какао с молоком	200	24-59	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 обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из вареных овощей	60	10-48	1	2	2	34	№ 37-2004
Суп из овощей	270	28-89	6	7	13	138	№ 135-2004
Шницель с соусом	120	69-55	5	5	34	206	№451-2004 №528-1996
Каша рассыпчатая гречневая	150	14-83	9	8	43	279	№508-2004
Компот из ягод	200	10-78	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого :		138-40	24	22	131	824	

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 октября 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

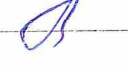
Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Котлеты с соусом	120	64-02	5	5	34	206	№451-2004 №528-1996
Макаронные изделия отварные	150	14-34	5	6	35	221	№ 516-2004
Компот из ягод	200	9-43	1	-	28	116	№511-2013
Бутерброд с сыром	45	19-91	7	10	9	157	№3-2004
Итого :		107-70	18	21	106	700	

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	170	86-50	13	11	27	259	10/5-2011
Чай с сахаром	200	2-09	-	-	10	39	№685-2004
Сдоба Выборгская	130	19-11	8	9	73	401	
Итого :		107-70	21	20	110	699	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	25-04	1	2	2	34	37-2004
Суп - лапша домашняя	260	36-20	5	7	14	135	№ 148-2004
Жаркое по-домашнему	200	64-40	18	10	22	250	№436-2004
Напиток их плодов шиповника	200	9-22	-	-	24	94	№705-2004
Хлеб ржаной	25	3-54	1	-	8	48	
Итого :		138-40	25	19	70	561	

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



Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.

Столовая школы № 9

на 23 октября 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	90	63-70	12	6	4	119	№ 437-2004
Каша рассыпчатая гречневая	150	14-83	9	8	43	279	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	2-09	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Сок	125	23-21	-	-	14	56	
Итого :		107-70	23	14	82	544	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Котлеты, рубленные из птицы с соусом	120	60-90	18	23	13	334	№498-2004 №528-1996
Пюре картофельное	150	22-59	3	7	7	164	№520-2004
Компот из ягод	200	10-78	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Кондитерское изделие	20	9-56	-	3	15	92	
Итого :		107-70	24	33	74	757	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	6-41	1	2	2	34	№ 37-2004
Борщ с капустой и картофелем	270	26-98	5	8	13	145	№ 110-2004
Бефстроганов	90	62-21	16	11	5	183	№423-2004
Макаронные изделия отварные	150	14-34	5	6	35	221	№516-2004
Какао с молоком	200	24-59	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого :		138-40	34	32	99	824	

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



Утверждаю:
И.И. Яковлев



Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 9
С.П. Чичко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 24 октября 2025 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	90	58-71	21	15	4	233	№ 341-2013
Пюре картофельное	150	22-59	3	7	22	164	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-09	-	-	10	39	№ 685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Сдоба Выборгская	50	20-44	3	3	28	154	
Итого :		107-70	29	25	75	641	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Угле	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Тефтели 2 вариант с соусом	120	50-24	9	9	10	164	№ 462-2004 № 528-1996
Макаронные изделия отварные	150	14-34	5	6	35	221	№ 516-2004
Напиток из плодов шиповника	200	9-22	-	-	24	94	№ 705-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Кисломолочный продукт	95	30-03	-	-	10	95	
Итого :		107-70	16	15	90	625	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	27-16	1	2	2	34	№ 37-2004
Щи из свежей капусты с картофелем	270	35-90	5	7	10	127	№ 124-2004
Плов	200	65-40	22	12	38	350	№ 443-2004
Чай с лимоном	207	6-07	1	-	15	60	№ 686-2004
Хлеб пшеничный	25	3-87	2	-	11	51	
Итого :		138-40	31	21	76	622	

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

с 20 по 24 октября 2025 г.

Горячий завтрак (дополнительно) с 7 до 11 лет

20.10.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Апельсин	220	54-05	2,0	0,4	17,8	94,6
Кондитерское изделие (пирожное)	30	45-95	1,5	5,1	18,3	114
Итого:		100-00	3,5	5,5	36,1	208,6

21.10.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Кондитерское изделие (печенье)	30	42-00	2,5	3,5	21,1	126,0
Слива	170	58-00	0,7	0,3	10,0	46,0
Итого:		100-00	3,2	3,8	31,1	172,0

22.10.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Пюре фруктовое	90	59-05	0,0	0,0	46,0	57,6
Яблоко	200	40-95	0,8	0,8	19,6	94,0
Итого:		100-00	0,8	0,8	65,6	151,6

23.10.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Кондитерское изделие (вафли)	42	42-00	1,9	10,1	21,8	184,8
Слива	170	58-00	1,2	0,5	17,0	78,2
Итого:		100-00	3,1	10,6	38,8	263,0

24.10.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Коктейль молочный	200	61-78	6,1	5,4	41,7	238,0
Мандарин	100	38-22	0,8	0,2	7,5	38,0
Итого:		100-00	6,9	5,6	49,2	276,0

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