



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9

на 13 ноября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Огурцы свежие	60	11-10	0,5	0,1	1,3	7,9	№ 70-2013
Курица, в соусе с томатом	57.50	74-03	14,15	15,16	16,3	242,87	№405-2013
Макароны отварные	180	14-00	6,18	4,96	43,97	240,96	№ 516-2004
Чай с сахаром с лимоном	200.7	5-59	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Кондитерское изделие (пирожное)	30	35-10	1,7	6,0	17,1	132,0	
Груша	200	64-90	0,6	0,0	17,2	76,0	
Итого :		207-70	25,46	26,82	121,57	810,48	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с сыром	60	15-96	3,85	8,27	3,91	105,78	№ 50-2004
Суп из овощей с говядиной со сметаной	14/250/10	29-32	6,02	7,9	14,6	155,4	№ 135-2004
Шницель мясной рубленый с соусом томатным	90.30	63-59	14,6	17,78	9,85	251,66	№451-2004 №578-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	15-64	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Компот из вишни	200	7-93	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 :		138-40	37,43	40,46	111,39	953,45	

Зав. производством

Калькулятор:

Соц. педагог:

Мед. работник:

Бакиева Е.С.

Маклакова О.М.

Русанова Н.М.

Мамедова Д.В.



Утверждаю:
И.И. Яркова Н.В.



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

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 14 ноября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему из говядины	200	77-62	17,56	21,55	22,34	348,78	№436-2004
Компот из вишни	200	7-85	0,16	0,0	17,03	66,05	№511-2013
Сок в индивидуальной упаковке	125	19-50	0,2	0,0	14,38	57,5	
Хлеб «Славянский» ржаной	25	2-73	1,38	0,25	8,02	47,5	
Печенье «Двойная радость»	50	50-00	2,50	11,00	31,5	235,0	
Коктейль молочный	200	50-00	5,8	8,6	25,0	193,2	
Итого :		207-70	27,6	41,4	118,27	948,03	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Веселая мазайка»	60	6-25	0,67	6,0	2,99	68,58	№ 24-2004
Солянка из птицы со сметаной	250/10	38-91	16,8	15,3	4,82	214,6	№ 158-2004
Гуляш из говядины	40.60	57-27	15,29	11,09	3,61	189,69	№ 437-2004
Макароны отварные	150	11-70	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Какао на молоке	200	18-31	4,98	5,36	22,58	154,34	№693-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		138-40	49,94	42,48	91,64	929,51	

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
для
ДОКУМЕНТОВ
Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 15 ноября 2023 г.

Горячий завтрак 1 смена

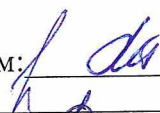
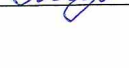
Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	200	74-10	20,13	40,65	9,89	265,1	№340-2004
Какао на молоке	200	18-31	4,98	5,36	22,58	154,3	№ 693-2004
Йогурт в индивидуальной упаковке	95	26-65	0,4	0,0	9,8	95	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Кондитерское изделие (Тими)	30	33-60	1,7	6,0	17,1	132,0	
Пюре «Фрукто-няня»	90	52-06	0,0	0,0	9,0	36,0	
Итого :		207-70	29,24	52,31	78,87	733,15	

Горячий завтрак 2 смена

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из говядины	51.150	79-98	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Сок в индивидуальной упаковке	200	22-75	0,4	0,0	23,0	92,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Пюре «Фрукто-няня»	90	52-06	0,0	0,0	9,0	36,0	
Мандарин	140	47-94	1,0	0,2	9,0	45,6	
Итого :		207-70	16,13	14,2	98,02	582,64	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат овощной	60	6-93	3,55	5,77	3,42	47,74	
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	11/250/10	32-81	8,78	8,74	20,1	185,52	№ 132-2004
Бефстроганов из говядины	50.50	75-07	15,99	21,09	5,54	274,78	№423-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	15-64	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		138-40	41,35	42,11	105,08	921,59	

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

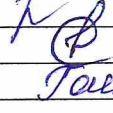
на 16 ноября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Огурцы свежие (подгарнировка)	33	6-12	0,3	0,06	0,6	4,3	№ 17-2013
Биточки рубленые из птицы запеченные, с соусом томатным	90.30	69-69	14,98	15,6	15,32	252,29	№498-2004 №587-2004
Пюре картофельное	180	21-06	6,07	6,29	43,27	267,44	№ 520-2004
Компот из вишни	200	7-85	0,16	0,0	17,03	66,05	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Апельсин	250	77-25	2,3	0,5	20,3	107,5	
Сок в индивидуальной упаковке	200	22-75	0,4	0,0	23,0	92,0	
Итого :		207-70	26,24	22,75	130,02	840,33	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Винегрет овощной	60	13-10	1,09	6,05	4,22	76,51	№ 71-2004
Щи с говядиной со сметаной	15/250/10	32-54	7,7	8,54	10,0	138,52	№ 124-2004
Плов из мяса	200	78-95	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Компот из вишни	200	7-85	0,16	0,0	17,03	66,05	№ 630-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		138-40	25,5	28,89	88,75	701,88	

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



Меню

на 17 ноября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	45.60	64-45	15,29	11,09	3,61	189,69	№437-2004
Каша гречневая рассыпчатая	180	18-78	10,54	7,09	54,0	327,67	№508-2004
Чай с сахаром	200	1-99	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	
Печенье «Двойная радость»	50	50-00	2,50	11,00	31,5	235,0	
Коктейль молочный	200	50-00	5,8	8,6	25,0	193,2	
Итого :		207-70	36,56	38,08	149,01	1092,8	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры.
Салат «Солнечный зайчик»	60	8-80	1,1	3,05	5,71	54,25	
Суп лапша домашняя с курицей	19/250	34-31	6,4	5,7	10,1	117,0	№ 148-2004
Жаркое по-домашнему	200	77-62	17,56	21,55	22,34	348,78	№436-2004
Компот из шиповника	200	12-21	0,8	-	29,96	120	№705-2004
Хлеб «Славянский» ржаной	50	5-46	2,75	0,5	16,04	95,0	
Итого :		138-40	28,61	30,8	84,15	735,03	

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

с 13 по 17 ноября 2023 г.

Экспресс завтрак

13.11.2023

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Огурцы свежие (поджаривание)	18	3-40	0,5	0,1	0,4	2,4	№ 70-2013
Курица, в соусе с томатом	57.50	74-03	14,15	15,16	16,3	242,87	№405-2013
Макароны отварные	180	14-00	6,61	5,36	42,51	248,43	№ 516-2004
Чай с сахаром с лимоном	200.7	5-59	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Кондитерское изделие (Чоко пай)	56	40-10	2,2	10,2	37,1	249,2	
Итого :		140-10	25,79	31,12	122,01	853,65	

14.11.2023

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Помидоры свежие (поджаривание)	36	11-80	0,4	0,1	1,4	7,3	№ 22-2013
Жаркое по-домашнему из говядины	200	77-62	17,56	21,55	22,34	348,78	№436-2004
Компот из вишни	200	7-85	0,16	0,0	17,03	66,05	№511-2013
Хлеб «Славянский» ржаной	25	2-73	1,38	0,25	8,02	47,5	
Мандарин	120	40-10	1,0	0,2	9,0	45,6	
Итого :		140-10	20,5	22,1	57,79	515,23	

15.11.2023

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	150	55-96	15,1	30,5	7,4	198,93	№340-2004
Какао на молоке	200	18-31	4,98	5,36	22,58	154,3	№ 693-2004
Сок в индивидуальной упаковке	200	22-75	0,4	0,0	23,0	92,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Кондитерское изделие (Чоко пай)	56	40-10	2,2	10,2	37,1	249,2	
Итого :		140-10	24,71	46,36	100,58	745,18	

16.11.2023

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Биточки рубленые из птицы запеченные, с соусом томатным	90.30	69-69	14,98	15,6	15,32	252,29	№498-2004 №587-2004
Пюре картофельное	166	19-48	6,07	6,29	43,27	246,63	№ 520-2004
Компот из вишни	200	7-85	0,16	0,0	17,03	66,05	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Мандарин	120	40-10	1,0	0,2	9,0	45,6	
Итого :		140-10	24,24	22,39	95,12	661,32	

17.11.2023

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	54.60	76-25	15,29	11,09	3,61	189,69	№437-2004
Каша гречневая рассыпчатая	180	18-78	10,54	7,09	54,0	327,67	№508-2004
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	0,0	10,02	38,99	№ 685-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный.	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Кондитерское изделие (Чоко пай)	56	40-10	2,2	10,2	37,1	249,2	
Итого :		140-10	30,26	28,68	115,23	856,3	

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