



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 27 января 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	90	69-94	12	6	4	119	№ 437-2004
Макаронные изделия отварные	150	12-51	5	6	35	221	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	2-15	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
Сок	125	19-66	-	-	14	56	
Итого :		107-70	19	12	74	486	

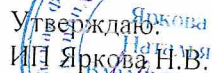
Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша жидкая пшенная	205	37-59	4	5	19	221	№311-2004
Кофейный напиток	200	18-54	5	8	22	151	№692-2004
Бутерброд с сыром	45	22-97	7	10	9	157	№3-2004
Кисломолочный продукт	95	28-60	-	-	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	5-47	1	2	2	34	№ 37-2004
Солянка из птицы	260	31-57	15	14	5	202	№ 158-2004
Мясо тушеное	100	65-36	15	6	4	132	№ 433-2004
Макаронные изделия отварные	150	12-51	5	6	35	221	№ 516-2004
Какао с молоком	200	20-05	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
Итого :		138-40	43	33	90	830	

Зав. производством: Антипова Е.Ю.
 Калькулятор: Маклакова О.М.
 Соц. педагог: Русанова Н.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Меню

Столовая школы № 9

на 28 января 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	55-38	6	5	8	107	№488-2004
Рис отварной	150	24-08	4	6	39	225	№511-2004
Чай с лимоном	207	5-14	-	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
Сок	125	19-66	-	-	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	64-55	20	33	4	398	№340-2004
Какао с молоком	200	20-05	5	5	33	190	№693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2		11	51	
Сок	125	19-66	-	-	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	60	13-35	1	2	2	34	№ 37-2004
Суп из овощей	270	33-02	6	7	13	138	№ 135-2001
Шницель с соусом	120	66-78	5	5	34	206	№451-2004 №528-1996
Каша рассыпчатая гречневая	150	12-87	9	8	43	279	№508-2004
Компот из ягод	200	8-94	1	-	28	116	№511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
Итого :		138-40	24	22	131	824	

Зав. производством: Е.Ю. Антипова
Калькулятор: О.М. Маклакова
Соц. педагог: Н.М. Русанова



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 29 января 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	53-77	5	5	34	206	№451-2004 №528-1996
Пюре картофельное	150	25-12	3	7	22	164	№520-2004
Компот из ягод	200	8-94	1	-	28	116	№511-2013
Бутерброд с сыром	45	19-87	7	10	9	157	№3-2004
Итого :		107-70	16	22	93	643	

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	86-81	13	11	27	259	10/5-2011
Чай с сахаром	200	2-15	-	-	10	39	№685-2004
Сдоба выборгская	130	18-74	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	12-73	1	2	2	34	37-2004
Суп - лапша домашняя	260	21-33	5	7	14	135	№ 148-2004
Жаркое по-домашнему	200	92-04	18	10	22	250	№436-2004
Напиток их плодов шиповника	200	9-15	-	-	24	94	№705-2004
Хлеб ржаной	25	3-15	1	-	8	48	
Итого :		138-40	25	19	70	561	

Зав. производством: Антипова Е.Ю.
Калькулятор: Маклакова О.М.
Соц. педагог: Русанова Н.М.

Утверждаю:
ИП Яркова Н.В.



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

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 30 января 2025 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш	90	69-58	12	6	4	119	№ 437-2004
Каша рассыпчатая гречневая	150	12-87	9	8	43	279	№ 516-2004
Чай с сахаром	200	2-15	-	-	10	39	№ 685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
Сок	125	19-66	-	-	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, рубленые из птицы с соусом	120	57-97	18	23	13	334	№ 498-2004 № 528-1996
Пюре картофельное	150	25-12	3	7	7	164	№ 520-2004
Компот из ягод	200	8-94	1	-	28	116	№ 511-2013
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
Кондитерское изделие	20	12-23	-	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	9-53	1	2	2	34	№ 37-2004
Борщ с капустой и картофелем	270	32-63	5	8	13	145	№ 110-2004
Бефстроганов	90	60-24	16	11	5	183	№ 423-2004
Макаронные изделия отварные	150	12-51	5	6	35	221	№ 516-2004
Какао с молоком	200	20-05	5	5	33	190	№ 693-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
Итого :		138-40	34	32	99	824	

Зав. производством: Антипова Е.Ю.
 Калькулятор: Маклакова О.М.
 Соц. педагог: Русанова Н.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 31 января 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	58-14	21	15	4	233	№ 341-2013
Пюре картофельное	150	25-12	3	7	22	164	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-15	-	-	10	39	№685-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	
Сдоба Выборгская	50	18-85	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	54-00	9	9	10	164	№462-2004
Макаронные изделия отварные	150	12-51	5	6	35	221	№528-1996
Напиток из плодов шиповника	200	9-15	-	-	24	94	№516-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2	-	11	51	№705-2004
Кисломолочный продукт	95	28-60	-	-	10	95	
Итого :		107-70	17	15	90	625	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из сырых овощей	60	9-53	1	2	2	34	№37-2004
Щи из свежей капусты с картофелем	270	31-69	5	7	10	127	№ 124-2004
Плов	200	89-50	22	12	38	350	№ 443-2004
Чай с лимоном	207	4-24	1	-	15	60	№686-2004
Хлеб пшеничный	25	3-44	2		11	51	
Итого :		138-40	31	21	76	622	

Зав. производством: Антипова Е.Ю.
 Калькулятор: Маклакова О.М.
 Соц. педагог: Русанова Н.М.