

Утверждаю:
И.П. Яковлев

Полномочный представитель
Бакиева Е.С.

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА: М е н ю

Столовая школы № 9

на 23 сентября 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	102	62-19	15,29	11,09	3,61	189,69	№ 437-2004
Макароны отварные	180	14-45	6,18	4,96	43,97	240,96	№ 516-2004
Чай с лимоном	200.15.7	5-03	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,75	50,75	
Сок	125	22-75	0,2	0,0	14,38	57,5	
Итого :		107-70	24,0	16,35	87,91	598,9	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша пшеничная	200.10	36-45	11	9,58	49,87	313,6	№302-2004
Кофейный напиток	200	18-46	4,78	7,7	22,07	151,34	№692- 2004
Хлеб ржаной с сыром	24/25	24-19	6,74	5,71	8,02	119,5	
йогурт	95	28-60	0,4	-	9,8	95	
Итого :		107-70	22,92	22,99	89,76	679,44	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Синьор помидор»	100	12-58	1,04	5,0	3,61	63,95	№ 22-2013
Солянка из птицы со сметаной	250/7	26-74	16,8	15,3	4,82	214,6	№ 158-2004
Биточки рубленые куриные с соусом	90.30	52-01	16,64	17,33	17,02	280,32	№498-2004 №587-2004
Картофельное пюре	150	20-04	6,07	6,29	43,27	267,44	№ 516-2004
Какао на молоке	200	20-48	4,98	5,36	22,58	154,34	№693-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-55	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		138-40	49,58	49,88	112,3	1082,15	

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



на 24 сентября 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Курица тушеная в соусе	80.50	76-39	17,7	18,95	20,4	303,6	№405-2013
Рис отварной	180	25-97	5,14	6,13	48,5	272,58	№ 511-2004
Чай с сахаром	200	2-06	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		107-70	27,09	25.68	99.92	716.67	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	200,8	55-34	20,13	40,65	9,89	265,1	№340-2004
Какао на молоке	200	20-48	4,98	5,36	22,58	154,3	№693-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,5	50,75	
Йогурт	95	28-60	0,4	0,0	9,8	95	
Итого :		107-70	27,57	46,31	52,77	565,15	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с маслом растит	100	10-17	5,73	9,44	5,68	79,27	
Суп из овощей с мясом со сметаной	11/250/10	33-39	6,02	7,9	14,6	155,4	№ 135-2004
Котлеты рубленные запеченные, с соусом томатным	90,30	67-59	16,14	19,44	11,23	274,96	№498-2004 №587-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	12-46	10,54	7,09	54,0	327,67	№508-2004
Компот из свежемороженых ягод	200	8-24	0,2	-	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-55	4,06	0,6	21,0	101,5	
Итого :		138-40	42,69	44,47	127,93	1012,4	

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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 25 сентября 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Котлеты мясные с соусом	100.30	72-23	16,14	19,44	11,23	274,96	№451-2004 №578-2004
Картофельное пюре	180	23-95	6,07	6,29	43,27	267,44	№259-2004
Компот из свежемороженых ягод	200	8-24	0,2	-	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		107-70	26,46	26,33	96,92	727,50	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Запеканка «Царская» с молоком сгущенным	150.20	81-39	16,5	11,85	39,43	335,16	10/5-2011
Чай с сахаром	200	2-06	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Выпечка	85	24-25	13,39	15,46	34,1	183,3	
Итого :		107-70	30,09	27,31	83,55	557,45	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Полонинский»	100	19-62	0,99	10,01	4,99	114,31	№ 24-2004
Суп лапша домашняя с курицей	11/250	20-99	6,4	5,7	10,1	117	№ 148-2004
Жаркое по-домашнему	200	82-18	17,56	21,55	22,34	348,78	№436-2004
Компот из шиповника	200	9-06	0,8	-	29,96	120	№705-2004
Хлеб ржаной	50	6-55	2,75	0,5	16,04	95,0	
Итого :		138-40	28,5	37,76	83,43	795,09	

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



Ключко О.М.

Мед. работник: Галин Галактионова Ю.В.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
М е н ю

Столовая школы № 9

на 27 сентября 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Рыба запеченная со сметаной и сыром	60	26-41	30,9	21,0	6,2	336,86	№ 341-2013
Картофельное пюре	180	23-95	6,07	6,29	43,27	267,44	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-06	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,5	50,75	
Пюре фруктовое	90	52-00	0,5	0	14	280,5	
Итого :		107-70	39,7	27,59	83,99	974,54	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из курицы	260	72-61	23,26	14,4	27,86	337,97	№492-2004
Компот из шиповника	200	9-06	0,8	-	29,96	120,0	№705-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,5	50,75	
Сок	125	22-75	-	-	14,38	57,5	
Итого :		107-70	26,09	14,7	82,7	566,22	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Винегрет овощной	100	18-31	1,83	10,08	7,03	127,52	№ 71-2004
Щи с мясом со сметаной	7/250/5	22-56	7,7	8,54	10,0	138,52	№ 124-2004
Плов из мяса	200	82-74	15,4	15,9	48,7	399,3	№370-2013
Компот из свежемороженых ягод	200	8-24	0,16	0,0	17,03	66,05	№ 630-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	6-55	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		138-40	29,14	35,12	103,76	832,89	

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 23 по 27 сентября 2024 г.

Экспресс завтрак

23.09.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Каша вязкая пшениная с маслом сливочным	200/6,8	31-49	9,54	8,37	43,63	301,46
Чай с сахаром	200	2-06	0,2	0,0	10,02	38,99
Хлеб «Рябиноушка» йодированный	50	6-55	4,05	0,6	21,0	101,5
Итого:		40-10	13,79	8,97	74,65	441,95

24.09.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сыр	18	15-90	4,4	4,4	0,0	58,5
Макаронь отварные с соусом	180.30	18-86	7,35	6,23	47,24	276,04
Чай с сахаром	200	2-06	0,2	0,0	10,02	38,99
Хлеб «Рябиноушка» йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,5	50,75
Итого:		40-10	13,98	10,93	67,76	424,28

25.09.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сдоба «Майская»	75	38-04	6,4	18,8	35,3	300,0
Чай с сахаром	200	2-06	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	6,6	18,8	45,32	338,99

26.09.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Помидорь свежие (подгарнировка)	60	13-63	2,5	2,3	0,1	31,1
Каша гречневая рассыпчатая с соусом	180.30	17-86	8,78	5,91	45,0	273,06
Чай с сахаром	200	2-06	0,2	0,0	10,02	38,99
Хлеб «Рябиноушка» йодированный	50	6-55	4,05	0,6	21,0	101,5
Итого:		40-10	15,53	8,81	76,12	444,65

27.09.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Булочка с клюквой	110	38-04	7,5	13,2	60,9	394,0
Чай с сахаром	200	2-06	0,2	0,0	10,02	38,99
Итого:		40-10	7,7	13,2	70,92	432,99

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