



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



Меню

на 21 октября 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	110	67-58	15,29	11,09	3,61	189,65	№437-2004
Макароны отварные	150	12-06	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Чай с лимоном	200.15.7	5-28	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	200	19-50	-	-	14,38	57,5	
Итого :		107-70	22,77	15,52	80,58	558,7	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша пшенная	200.10	37-15	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	26/25	23-49	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	12-19	0,63	3,0	2,17	38,37	№ 22-2013
Солянка из птицы со сметаной	250/10	29-63	16,8	15,3	4,82	214,6	№ 158-2004
Биточки рубленые куриные с соусом	90.30	48-85	14,98	15,6	15,32	252,29	№498-2004 №587-2004
Картофельное пюре	180	22-00	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 516-2004
Какао на молоке	200	19-18	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	46,5	45,1	101,95	983,97	

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

Калькулятор:

Соц. педагог:

Мед. работник:



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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 22 октября 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Курица тушеная в соусе	66,50	80-16	14,15	15,16	16,3	242,87	№405-2013
Рис отварной	150	22-20	4,28	5,1	40,42	227,15	№ 511-2004
Чай с сахаром	200	2-06	0,2	-	10,02	38,99	№686-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		107-70	22,68	20,86	87,74	610,51	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	200,10	62-49	20,13	40,65	9,89	265,1	№340-2004
Какао на молоке	200	19-18	4,98	5,36	22,58	154,3	№693-2004
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	27,17	46,31	57,35	527,65	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Весела мазайка»	100	11-17	3,55	5,77	3,42	47,74	
Суп из овощей с мясом со сметаной	10/250/10	29-66	6,02	7,9	14,6	155,4	№ 135-2004
Котлеты рубленые запеченные, с соусом томатным	90,30	67-39	14,6	17,78	10,39	251,66	№498-2004 №587-2004
Каша гречневая рассыпчатая	180	14-91	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Компот из свежемороженых ягод	200	8-72	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	37,21	37,96	115,83	912,96	

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 23 октября 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Овощи по сезону (помидоры свежие)	50	11-24	0,63	3,0	2,17	38,37	№22-2013
Котлеты мясные с соусом	90,30	66-05	14,6	17,78	10,39	251,66	№451-2004 №578-2004
Картофельное пюре	150	18-41	5,06	5,24	36,06	222,87	№259-2004
Компот из свежемороженых ягод	200	8-72	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	24,54	26,62	91,04	698,0	

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	150.20	81-59	13,75	9,87	32,86	279,3	10/5-2011
Чай с сахаром	200	2-06	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Выпечка	85	24-05	13,39	15,46	34,1	183,3	
Итого :		107-70	27,34	25,33	76,98	501,59	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Полонинский»	100	19-38	0,67	6,0	2,99	68,58	№ 24-2004
Суп лапша домашняя с курицей	21/250	27-55	6,4	5,7	10,1	117	№ 148-2004
Жаркое по-домашнему	200	75-86	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	28,18	33,75	81,43	749,36	

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 24 октября 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	112	70-44	15,29	11,09	3,61	189,69	№ 437-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	12-42	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Чай с сахаром	200	2-06	0,2	-	10,02	38,99	№686-2013
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,5	50,75	
Сок	200	19-50	-	-	23	92	
Итого :		107-70	26,3	17,3	92,13	644,49	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Овощи по сезону (огурцы свежие, масло растит)	60	13-72	0,46	3,0	1,48	34,38	№ 17-2013
Биточки рубленые из птицы запеченные, с соусом томатным	103/30	55-32	14,98	15,6	15,32	252,29	№498-2004 №587-2004
Картофельное пюре	150	18-41	5,06	5,24	36,06	222,87	№520-2004
Компот из свежемороженых ягод	200	16-97	0,2	-	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб пшеничный йодированный	25	3-28	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	22,73	24,14	84,78	643,89	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с маслом растит	100	8-49	0,63	3,0	2,17	38,37	№ 22-2013
Солянка из птицы со сметаной	250/10	29-63	16,8	15,3	4,82	214,6	№ 158-2004
Курица тушеная в соусе	70.50	60-10	14,15	15,16	16,3	242,87	№405-2013
Макароны отварные	180	14-45	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Какао на молоке	200	19-18	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	46,9	39,48	90,82	899,3	

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 25 октября 2024 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	100	45-31	21,4	14,5	4,3	233,2	№ 341-2013
Картофельное пюре	150	18-41	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 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	
Выпечка	75	38-64	5,15	2,1	27,0	141,0	
Итого :		107-70	33,84	22,14	87,88	686,81	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из курицы	265	72-61	24,22	15	29,03	352,06	№492-2004
Компот из шиповника	200	9-06	0,8	-	29,96	120,00	№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	27,05	15,3	83,87	580,31	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Винегрет овощной	100	20-32	1,09	6,05	4,22	76,51	№ 71-2004
Щи с мясом со сметаной	10/250/8	24-97	7,7	8,54	10,0	138,52	№ 124-2004
Плов из мяса	200	77-84	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Компот из свежемороженых ягод	200	8-72	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	25,5	28,89	88,75	701,88	

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