

Утверждаю
И.И. Яркова Н.В.



Согласовано:

для
ДОКУМЕНТОВ

Директор МАОУ СОШ № 9

Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 7 ноября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из птицы	51.150	79-98	15,06	19,43	45,19	405,79	№492-2004
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	22,0	90,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,28	0,27	14,91	67,8	
Мандарины	260	87-88	2,1	0,5	19,5	98,8	
Йогурт питьевой	290	76-70	8,1	5,8	34,5	223,3	
Кондитерское изделие (пирожное)	30	35-42	1,7	6,0	17,1	132,0	
Итого :		307-70	29,84	32,0	163,22	1056,68	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свежих огурцов	62	13-08	0,1	7,1	4,2	61,45	№ 17-2013
Щи с говядиной со сметаной	10/250/10	25-76	5,79	7,77	11,21	138,31	№ 124-2004
Котлеты мясные с соусом	90.30	63-59	23,48	10,02	7,5	172,41	№451-2004 №578-2004
Макароны отварные	150	11-70	5,68	4,49	36,59	212,67	№ 516-2004
Какао на молоке	200	18-31	2,67	4,2	23,69	123,49	№693-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого за прием		138-40	42,28	34,12	113,0	843,93	

Зав. производством:

Калькулятор:

Соц. педагог:

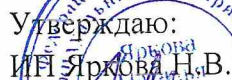
Мед. работник:

Бакиева Е.С.

Маклакова О.М.

Русанова Н.М.

Мамедова Д.В.



Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.

Меню

на 8 ноября 2023 г.

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Запеканка «Царская» с молоком сгущенным	150.20	79-13	19,38	12	23,22	281,65	10/5-2011
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Сдоба Выборгская с повидлом	130	26-58	6,18	2,52	32,4	169,2	
Груша	230	71-76	0,9	0,7	23,7	108,1	
Сок в индивидуальной упаковке	500	76-24	1,0	0,0	0,55	225,0	
Пюре фруктовое	90	52-00	0,0	0,0	9,0	36,0	
Итого :		307-70	27,66	15,22	98,89	858,94	

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с м/растит	60	5-50	0,1	7,1	4,2	61,45	ТТК
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	10/250/10	32-03	6,39	7,07	21,01	152,23	№ 132-2004
Курица (бедро) запеченная	80	69-40	16,2	15,1	16,85	252,29	№ 494-2004
Картофельное пюре	150	17-60	3,07	4,89	21,9	150,06	№520-2004
Компот из вишни	200	7-91	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого за прием		138-40	30,52	34,7	115,2	835,23	

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



Утверждаю
И.И. Яркова И.В.

Согласовано
Директор МАУ СОШ № 9
Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

М е н ю

Столовая школы № 9

на 9 ноября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Огурцы свежие (подгариновка)	34	5-81	0,3	0,05	0,8	4,6	№70-2013
Котлеты мясные с соусом	100.30	69-94	29,35	12,53	9,38	215,51	№451-2004 №578-2004
Картофельное пюре	180	21-06	3,68	5,87	26,28	180,07	№520-2004
Компот из вишни	200	7-91	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,28	0,27	14,91	67,8	
Мандарины	260	87-88	2,1	0,5	19,5	98,8	
Коктейль молочный	200	49-40	5,8	8,6	25,0	193,2	
Йогурт Талицкий	130	62-72	16,9	5,2	17,4	184,6	
Итого :		307-70	60,61	33,02	134,69	1028,18	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Артамоша»	60	16-02	0,1	7,1	4,2	61,45	ТТК
Борщ с говядиной и сметаной	13/250/10	31-88	5,39	7,77	14,01	179,23	№ 110-2004
Плов из говядины	200	78-95	15,06	19,43	45,19	405,79	№370-2013
Чай с сахаром с лимоном	200.15.7	5-59	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого за прием		138-40	25,41	34,84	108,42	842,07	

Зав. производством:

Калькулятор:

Соц. педагог:

Мед. работник:

Бакиева Е.С.

Маклакова О.М.

Русанова Н.М.

Мамедова Д.В.



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

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

на 10 ноября 2023 г.

Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Говядина тушеная	40.60	59-25	19,44	21,41	10,06	291,34	№433-2004
Каша гречневая рассыпчатая	180	17-48	10,13	12,98	50,74	348,06	№508-2004
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Яблоко	150	26-00	0,6	0,0	12,9	66,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,28	0,27	14,91	67,8	
Груша	230	71-56	0,9	0,7	23,7	108,1	
Сок в индивидуальной упаковке	500	76-24	1,0	0,0	0,55	225,0	
Пюре фруктовое	90	52-20	0,0	0,0	9,0	36,0	
Итого :		307-70	34,55	35,36	131,88	1181,29	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Веселая мозайка»	66	6-74	0,05	3,55	2,1	43	ТТК
Рассольник домашний с говядиной со сметаной	10/250/10	33-54	5,59	7,07	13,61	138,31	№ 131-2004
Биточки мясные с соусом	90.30	63-59	23,48	10,02	7,5	172,41	№451-2004 №578-2004
Рис отварной	150	20-66	3,88	5,17	40,42	227	№ 511-2004
Компот из вишни	200	7-91	0,2	-	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,56	0,54	29,82	135,6	
Итого за прием		138-40	37,76	26,35	114,87	799,92	

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



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9
Ключко О.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 9

с 7 по 10 ноября 2023 г.

Экспресс завтрак

7.11.2023

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из птицы	52.150	80-50	15,06	19,43	45,19	405,79	№492-2004
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Мандарины	260	87-88	2,1	0,5	19,5	98,8	
Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке	95	26-65	0,4	0,0	9,8	95	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,28	0,27	14,91	67,8	
Сок в индивидуальной упаковке	2/125	40-10	0,4	0,0	22,0	115,0	
Итого :		240-10	20,44	20,2	121,42	821,38	

8.11.2023

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Запеканка «Царская» с молоком сгущенным	150.20	79-13	19,38	12	23,22	281,65	10/5-2011
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Сдоба Выборгская с повидлом	130	26-58	6,18	2,52	32,4	169,2	
Груша	230	71-76	0,9	0,7	23,7	108,1	
Сок в индивидуальной упаковке	125	20-54	0,2	0,0	0,11	57-5	
Кондитерское изделие (Чоко пай)	56	40-10	2,2	10,2	37,1	249,2	
Итого :		240-10	29,06	25,42	126,55	904,64	

9.11.2023

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Огурцы свежие (поджаривание)	60	10-23	0,5	0,1	1,5	7,9	№70-2013
Котлеты мясные с соусом	100.30	69-94	29,35	12,53	9,38	215,51	№451-2004 №578-2004
Картофельное пюре	180	21-06	3,68	5,87	26,28	180,07	№520-2004
Компот из вишни	200	7-91	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,28	0,27	14,91	67,8	
Мандарины	260	87-88	2,1	0,5	19,5	98,8	
Сок в индивидуальной упаковке	2/125	40-10	0,4	0,0	22,0	115,0	
Итого :		240-10	38,51	19,27	114,99	768,68	

10.11.2023

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Говядина тушеная	40.60	59-25	19,44	21,41	10,06	291,34	№433-2004
Каша гречневая рассыпчатая	180	17-48	10,13	12,98	50,74	348,06	№508-2004
Чай с сахаром	200	1-99	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Яблоко	150	26-00	0,6	0,0	12,9	66,0	
Сок в индивидуальной упаковке	2/125	40-10	0,4	0,0	22,0	115,0	
Пюре фруктовое	90	52-20	0,0	0,0	9,0	36,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,28	0,27	14,91	67,8	
Кондитерское изделие (Чоко пай)	56	40-10	2,2	10,2	37,1	249,2	
Итого :		240-10	35,25	44,86	166,73	1212,39	

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