

# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

6-11 февраля 2023 года

## Завтраки для учащихся начальных классов

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>						
<b>КОМПЛЕКС № 1</b>						
Сырники "Классические" со сгущенным молоком	2 шт/70/10		17,04	5,37	25,7	222
Чай с сахаром, лимоном	200/8/6		0,08	0,01	8,16	34
<b>Итого:</b>		<b>30,00</b>	<b>17,12</b>	<b>6,38</b>	<b>33,85</b>	<b>256</b>
<b>ВТОРНИК</b>						
<b>КОМПЛЕКС № 1</b>						
Бутерброд с сыром, маслом (батон)	25/10/5		4,54	7,01	12,89	134
Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом	150/5		6,35	6,8	28,53	208
Чай с молоком	200/8		1,52	0,755	10,39	59
<b>СРЕДА</b>						
<b>КОМПЛЕКС № 1</b>						
Масло сливочное (порциями)	10		0,08	7,25	0,13	66
Макаронные изделия отварные с сыром	150		8,99	8,21	32,12	239
Чай с сахаром	200/8		0,02	0,01	7,99	32
Батон	30		2,25	0,87	15,42	79
<b>Итого:</b>		<b>30,00</b>	<b>11,34</b>	<b>16,34</b>	<b>55,66</b>	<b>416</b>
<b>ЧЕТВЕРГ</b>						
<b>КОМПЛЕКС № 1</b>						
Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5		5,91	5,56	25,05	181
Чай с молоком	200/8		1,52	0,755	10,39	59
Батон	23		1,72	0,66	11,82	60
<b>Итого:</b>		<b>30,00</b>	<b>13,09</b>	<b>10,97</b>	<b>47,26</b>	<b>353</b>
<b>ПЯТНИЦА</b>						
<b>КОМПЛЕКС № 1</b>						
Бутерброд с маслом (батон)	40/15		3,12	12,03	20,68	204
Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом	150/5		4,6	5,08	32,55	201
Чай с сахаром	200/8		0,02	0,01	7,99	32
<b>Итого:</b>		<b>30,00</b>	<b>7,74</b>	<b>17,12</b>	<b>61,22</b>	<b>437</b>
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>						
<b>КОМПЛЕКС № 2</b>						
Печенье сдобное Мягкое	2 шт/30		2,07	7,94	193,8	159
Кисло - молочный продукт ДМК	1/125		3,5	3,5	5,12	63
<b>Итого:</b>		<b>30,00</b>	<b>5,57</b>	<b>11,44</b>	<b>198,88</b>	<b>222</b>
<b>ВТОРНИК</b>						
<b>КОМПЛЕКС № 2</b>						
Элеш с птицей (филе куриное)	100		10,18	17,78	34,15	338
Чай с сахаром, урюком	200/8/12		0,62	0,05	14,35	61
<b>Итого:</b>		<b>30,00</b>	<b>10,80</b>	<b>17,83</b>	<b>48,50</b>	<b>399</b>
<b>СРЕДА</b>						
<b>КОМПЛЕКС № 2</b>						
Маффин Классический	50		3,92	15,06	28,2	264
Компот из плодов сушеных (урюк)	200		1,00	0,08	30,56	128
<b>Итого:</b>		<b>30,00</b>	<b>4,92</b>	<b>15,14</b>	<b>58,76</b>	<b>392</b>
<b>ЧЕТВЕРГ</b>						
<b>КОМПЛЕКС № 2</b>						
Печенье сдобное "Американер с кунжутом"	2 шт/30		2,73	8,32	18,32	159
Кисло - молочный продукт ДМК	1/125		3,5	3,5	5,12	63
<b>Итого:</b>		<b>30,00</b>	<b>6,23</b>	<b>11,82</b>	<b>23,44</b>	<b>222</b>
<b>ПЯТНИЦА</b>						
<b>КОМПЛЕКС № 2</b>						
Сосиски в тесте	100		10,76	15,56	31,66	312
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,13	0,02	11,15	46
<b>Итого:</b>		<b>30,00</b>	<b>10,89</b>	<b>15,58</b>	<b>42,81</b>	<b>358</b>

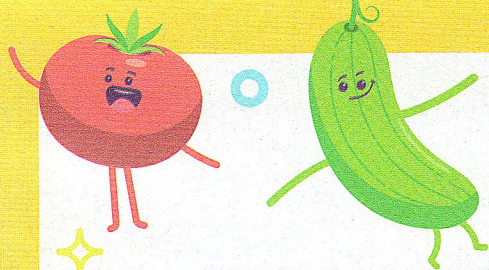
Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»





# Меню



МБОУ «Гимназия №9»

6-11 февраля 2023 года

Горячие бесплатное питание младшие

## Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

### ПОНЕДЕЛЬНИК

#### Комплекс № 1

Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)	75		14,3	12,8	0,95	175
Спагетти отварные (с м/р)	150		5,60	5,10	36,00	212
Чай с сахаром	200/8		0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано - пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
<b>Итого:</b>		<b>48,00</b>	<b>20,67</b>	<b>18,05</b>	<b>51,60</b>	<b>452</b>

### ВТОРНИК

#### Комплекс № 1

Тефтели из говядины в соусе томатном	70/40		10,2	10,8	8,5	173
Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Компот из плодов сушёных (урюк)	200		1	0,1	30,6	128
Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9,0	44
<b>Итого:</b>		<b>48,00</b>	<b>16,40</b>	<b>16,65</b>	<b>74,51</b>	<b>518</b>

### СРЕДА

#### Комплекс № 1

Запеканка картофельная с мясом	170		12,3	15,5	23,5	281
Чай с сахаром	200/8		0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9,0	44
<b>Итого:</b>		<b>48,00</b>	<b>13,32</b>	<b>15,70</b>	<b>40,40</b>	<b>357</b>

### ЧЕТВЕРГ

#### Комплекс № 1

Цыплята запечённые	100		26,7	24,5	1	332
Рис отварной	150		3,8	5,4	40	224
Кисель из концентрата	200				13,1	53
Хлеб ржано - пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
<b>Итого:</b>		<b>48,00</b>	<b>31,25</b>	<b>30,05</b>	<b>60,9</b>	<b>642</b>

### ПЯТНИЦА

#### Комплекс № 1

Нагетсы куриные	4шт/64		13,1	15,7	2,3	200
Каша гречневая рассыпчатая	180		7,95	6,5	50,25	291
Напиток из шиповника	200		0,012		10,2	41
Хлеб ржано - пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
<b>Итого:</b>		<b>48,00</b>	<b>21,81</b>	<b>22,33</b>	<b>69,50</b>	<b>565</b>

### СУББОТА

#### Комплекс № 1

Сосиски отварные	2шт/100		8,92	9,51	2,39	136
Макаронные изделия отварные (с м/р)	150		5,60	5,10	36,00	212
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано - пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
<b>Итого:</b>		<b>48,00</b>	<b>15,29</b>	<b>14,76</b>	<b>53,04</b>	<b>413</b>

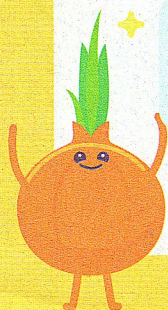


Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»





# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

6-11 февраля 2023 года

Горячие бесплатное питание младшие

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>						
Горячее бесплатное питание младшие						
Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		7,06	6,42	10,23	127
Макаронные изделия отварные (масло сливочное)	150		5,60	5,06	35,91	180
Компот из плодов сушеных (урюк)	200		1,00	0,08	10,56	47
Печенье сдобное "Мягкое"	1 шт/15		0,71	3,96	10,56	66
Хлеб ржано - пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35
<b>Итого:</b>	<b>510</b>	<b>62,10</b>	<b>20,20</b>	<b>19,78</b>	<b>81,39</b>	<b>541</b>
<b>ВТОРНИК</b>						
Горячее бесплатное питание младшие						
Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Салат из квашенной капусты (без лука)	60		0,98	3,05	4,63	51
Жаркое из птицы (грудки куриные)	40/150		13,52	13,68	21,91	265
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,13	0,02	11,15	46
Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35
<b>Итого:</b>	<b>585</b>	<b>62,10</b>	<b>17,17</b>	<b>17,47</b>	<b>63,87</b>	<b>488</b>
<b>СРЕДА</b>						
Горячее бесплатное питание младшие						
Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, масло растит)	60		0,93	3,05	5,64	54
Котлеты Аппетитные мясо - куриные	90		13,39	9,74	6,99	153
Каша рисовая вязкая с маслом сливочным	150/5		2,34	4,75	20,98	155
Напиток яблочный	200		0,10	0,10	26,40	108
Печенье весовое	1 шт/15		0,54	0,57	4,11	24
Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35
<b>Итого:</b>	<b>555</b>	<b>62,10</b>	<b>19,44</b>	<b>18,53</b>	<b>80,50</b>	<b>573</b>
<b>ЧЕТВЕРГ</b>						
Горячее бесплатное питание младшие						
Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Свекла отварная (дольками) с маслом	60		0,85	3,65	5,02	56
Гуляш из птицы (грудки куриные)	50/50		8,05	9,27	3,13	126
Каша гречневая рассыпчатая	150		6,62	5,39	41,87	242
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,98	32
Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35
<b>Итого:</b>	<b>653</b>	<b>62,10</b>	<b>18,08</b>	<b>19,03</b>	<b>84,18</b>	<b>582</b>
<b>ПЯТНИЦА</b>						
Горячее бесплатное питание младшие						
Блинчики со сгущенным молоком	45/10		3,19	2,52	19,5	114
Биточки рыбные из фарша минтая, огурец соленый (доп. гарнир)	65/25		9,5	8,3	4,8	132
Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5		3,28	4,66	22,03	146
Кисель из концентрата	200				13,10	53
Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35
<b>Итого:</b>	<b>535</b>	<b>62,10</b>	<b>18,11</b>	<b>15,80</b>	<b>75,81</b>	<b>524</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

6 февраля 2023 года

1 день

Наименование блюд

выход стоимость белки жиры углев. ККАЛ

## ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Бутерброд с маслом (батон)	30/15	2,4	11,7	15,50	178
Салат из квашеной капусты	100	1,6	5,1	8,24	88
Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.)	100	1,05	10,1	15,6	158
Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с маслом раст.	70	4,85	9,8	7,28	137
<b>сред.</b>		<b>2,06</b>	<b>7,41</b>	<b>11,28</b>	<b>122</b>

## 1-ЫЕ БЛЮДА

Суп картофельный с горохом, с фрикадельками из птицы	250/11	7,76	7,2	19,4	174
------------------------------------------------------	--------	------	-----	------	-----

## ВТОРЫЕ БЛЮДА

Бифштекс по-домашнему	90	13,5	12,22	8,5	195
Рыба (филе) по-Московски	70/20	18	13,8	2	204
Грудка куриная в томатном соусе	50/50	9,9	10,6	3,6	150
<b>сред.</b>		<b>13,80</b>	<b>12,21</b>	<b>4,70</b>	<b>183</b>
Плов с говядиной	40/160	11,9	15,0	42,76	357
Буритос с курицей и сыром	180	21,6	35,3	29,6	525
Рыбный киш	170	24,4	30,22	34,944	510
<b>сред.</b>		<b>19,29</b>	<b>26,84</b>	<b>35,77</b>	<b>464</b>

## ГАРНИРЫ

Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
Макаронные изделия отварные (с м/р)	180	6,77	5,4	43,13	248
Овощная смесь (Европейская) отварная	100	3,9	3,6	8,8	80
<b>сред.</b>		<b>4,96</b>	<b>4,84</b>	<b>26,11</b>	<b>167</b>

## НАПИТКИ

Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,08	0,1	11,9	49
<b>сред.</b>		<b>0,04</b>	<b>0,04</b>	<b>9,95</b>	<b>40,5</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15	1,89	0,3	14,13	68

Итого- 73,00

КОМПЛЕКС 1						
Макаронные изделия отварные (с мас.растит.)	150		5,60	5,07	35,90	212
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,1	0,01	8,15	35
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
<b>Итого:</b>		<b>8,80</b>	<b>6,41</b>	<b>5,23</b>	<b>50,80</b>	<b>280</b>

Горячий завтрак (старшие)

Суп картофельный с горохом, с мясными фрикадельками	250/11	7,7	7,1	19,4	173
<b>Итого:</b>		<b>16,00</b>	<b>7,70</b>	<b>7,10</b>	<b>19,4</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

7 февраля 2023 года

2 день

Наименование блюд

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
Салат из отварной свеклы с маслом растит.	100		1,43	6,09	8,36	94
Салат "Мечта" (капуста белокоч., кукуруза, з/горошек, масло растит.)	100		2,08	15,24	6	170
Салат "Столичный" с соусом Переменка	80		5,3	12,9	5,4	159
	<b>сред.</b>		<b>3,08</b>	<b>7,91</b>	<b>8,99</b>	<b>120</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
Борщ со свеж. капустой, картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/5		3,8	7,5	12,6	134
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
Шашлычок из куриных грудок (на шампуре) с соусом Переменка	80/5		19,6	26,8	1,51	324
Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
	<b>сред.</b>		<b>15,46</b>	<b>16,37</b>	<b>4,07</b>	<b>225</b>
Жаркое из птицы (грудки куриные)	50/150		16,1	16	21,5	295
	<b>сред.</b>		<b>16,10</b>	<b>16,00</b>	<b>21,50</b>	<b>295</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,46	175
Спагетти отварные (с маслом растит.)	180		6,72	6,1	43,1	254
Капуста тушёная	180		4,21	7,4	18	159
	<b>сред.</b>		<b>4,96</b>	<b>6,37</b>	<b>29,19</b>	<b>196</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,14	0,0	11,15	46
	<b>сред.</b>		<b>0,10</b>	<b>0,01</b>	<b>9,64</b>	<b>40,00</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91
	<b>Итого-</b>	<b>73,00</b>				

<b>КОМПЛЕКС 1</b>						
Каша пшённая вязкая	150		4,23	5,01	24,24	159
Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
<b>Итого:</b>		<b>8,80</b>	<b>5,25</b>	<b>5,22</b>	<b>41,23</b>	<b>235</b>

Горячий завтрак (старшие)

Борщ с капустой, картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	250/11/5		3,8	8,1	12,9	133
<b>Итого:</b>		<b>16,00</b>	<b>3,80</b>	<b>8,10</b>	<b>12,9</b>	<b>133</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

8 февраля 2023 года

3-ий день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Салат из квашеной капусты	100		1,6	5,1	8,24	88
Винегрет овощной	100		1,22	10,16	7,17	126
Салат "Прага" (грудки куриц., морковь отвар., огурцы солён., м/раст.)	80		5,2	9,5	1,50	113
Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.)	100		1,05	10,1	15,6	158
	<b>сред.</b>		<b>1,89</b>	<b>7,05</b>	<b>8,46</b>	<b>106</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
Суп картофельный с вермишелью	250		2,86	3,1	20,9	123
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
Котлеты "Школьные"	90		11,5	9,9	9,6	172
Медальоны из куриных грудок с сыром, томатом	70/5		19,1	19,1	2,5	260
Рыба запеченая (филе)	75		17,3	10,0	3,3	171
Нагетсы куриные	5шт/80		16,3	19,7	2,82	250
	<b>сред.</b>		<b>16,04</b>	<b>14,68</b>	<b>4,56</b>	<b>213</b>
Сырники "Классические" со сгущённым молоком	5шт/105/10		26,3	28,9	44,1	366
Плов с говядиной	40/160		11,9	15,0	42,76	357
	<b>сред.</b>		<b>19,10</b>	<b>21,95</b>	<b>43,43</b>	<b>362</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
Картофель запечённый (с паприкой)	180		4,2	9,9	34,1	242
Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,9	3,6	8,8	80
	<b>сред.</b>		<b>12,70</b>	<b>20,00</b>	<b>90,9</b>	<b>591,00</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Напиток Лимонный	200		0,14		24,43	101
	<b>сред.</b>		<b>0,07</b>	<b>0,00</b>	<b>16,22</b>	<b>67</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,13	68
	<b>Итого-</b>	<b>73,00</b>				

<b>КОМПЛЕКС 1</b>						
Каша полбяная вязкая	150		3,64	4,61	19,4	134
Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
<b>Итого:</b>			<b>8,80</b>	<b>4,66</b>	<b>4,82</b>	<b>36,38</b>
						<b>210</b>

Горячий завтрак (старшие)

Суп картофельный с вермишелью, мясными фрикадельками	250/11		4,7	4,5	20,9	144
<b>Итого:</b>			<b>16,00</b>	<b>4,70</b>	<b>4,50</b>	<b>20,9</b>
						<b>144</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

9 февраля 2023 года

4 день

Наименование блюд

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Салат картофельный с солёными огурцами	100		1,46	5,3	9,83	93
Салат "Бурячок" (свекла отвар., яблоки, кукуруза консерв., масло раст.)	100		1,5	8,6	9	121
Салат с фасолью (фасоль консерв., морковь отв., огурцы солён., м/раст.)	100		3,1	8,4	8,6	123
Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
	<b>сред.</b>		<b>1,77</b>	<b>6,87</b>	<b>10,55</b>	<b>112</b>

**1-ые БЛЮДА**

Щи из свеж. капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/5		3,33	6,4	7,4	120
-------------------------------------------------------------------------	----------	--	------	-----	-----	-----

**ВТОРЫЕ БЛЮДА**

Рыба запечённая с овощами	75/25		15,8	9,9	2,61	163
Люля кебаб	80		14,3	13,1	5,5	195
Гуляш из куриных грудок	50/50		14,6	15,3	3,235	209
Голень куриная запечённая в сливочном маринаде	90		22,7	33,0	1,8	391
	<b>сред.</b>		<b>16,86</b>	<b>17,82</b>	<b>3,29</b>	<b>240</b>

Гречка с фаршем и овощами	230		20,8	17,4	55,2	460
Буритос с курицей и сыром	180		21,6	35,3	29,6	525
	<b>сред.</b>		<b>21,20</b>	<b>26,35</b>	<b>42,40</b>	<b>493</b>

**ГАРНИРЫ**

Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Макаронные изделия отварные (с м/р)	180		6,77	5,4	43,13	248
Картофель тушёный	180		3,9	12,7	29,4	249
	<b>сред.</b>		<b>4,96</b>	<b>7,89</b>	<b>32,98</b>	<b>223</b>

**НАПИТКИ**

Чай чёрный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	<b>сред.</b>		<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>9,10</b>	<b>37</b>

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,3	16,38	79
-----------------------------------------	-------	--	------	-----	-------	----

Итого- 73,00

КОМПЛЕКС 1						
Каша Геркулесовая вязкая	150		4	5,8	20	148
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,1	0,01	8,15	35
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
<b>Итого:</b>			<b>8,80</b>	<b>4,81</b>	<b>5,96</b>	<b>34,90</b>

Горячий завтрак (старшие)

Щи из свеж. капусты с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	250/11/10		3,8	8,2	9,5	128
<b>Итого:</b>			<b>16,00</b>	<b>3,80</b>	<b>8,20</b>	<b>10</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

10 февраля 2023 года

5 день

Наименование блюд

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
Салат "Витаминный" (капуста б/коч., морковь, яблоки, сахар, м/растит.)	100		1,21	5,2	10,9	96
Винегрет овощной	100		1,22	10,16	7,17	126
Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.)	100		1,05	10,1	15,6	158
	<b>сред.</b>		<b>2,02</b>	<b>6,15</b>	<b>11,77</b>	<b>112</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5		2,42	6,1	17,1	134
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
Шашлычок из куриных грудок (на шампуре) с соусом Переменка	80/5		19,6	26,8	1,51	324
Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные	90		16,5	15,0	6,6	225
Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
	<b>сред.</b>		<b>17,19</b>	<b>17,51</b>	<b>3,41</b>	<b>239</b>
Сырники "Классические" со сгущённым молоком	3шт/105/10		26,3	28,9	44,1	366
	<b>сред.</b>		<b>26,30</b>	<b>28,90</b>	<b>44,10</b>	<b>366</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
Пюре картофельное	150		3,28	4,7	22,03	146
	<b>сред.</b>		<b>3,94</b>	<b>5,58</b>	<b>35,02</b>	<b>208</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,14	0,0	11,15	46
	<b>сред.</b>		<b>0,07</b>	<b>0,01</b>	<b>9,58</b>	<b>39</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,13	68
<b>Итого-</b>		<b>73,00</b>				

<b>КОМПЛЕКС 1</b>						
Спагетти отварные (с мас.растит.)	150		5,60	5,07	35,90	212
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,1	0,01	8,15	35
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
<b>Итого:</b>		<b>8,80</b>	<b>6,41</b>	<b>5,23</b>	<b>50,80</b>	<b>280</b>

Горячий завтрак (старшие)

Рассольник Ленинградский с фрикадельками из птицы, со сметаной	200/11/5		4,3	8,4	17,5	163
<b>Итого:</b>		<b>16,00</b>	<b>4,30</b>	<b>8,40</b>	<b>17,5</b>	<b>163</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством



8(800)234-33-88



@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

11 февраля 2023 года

6 день

Наименование блюд

Ланч

выход стоимость белки жиры углев. ККАЛ

СУББОТА

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Сосиски отварные	2шт/100	10,4	20,1	0,8	226
Спагетти отварные (с м/р)	180	6,77	5,4	43,14	248
Сок в ассортименте разливной 1л	200	1,35	0,27	12,15	59
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	66
<b>Итого-</b>	<b>73,00</b>	<b>20,42</b>	<b>26,43</b>	<b>79,39</b>	<b>646</b>

КОМПЛЕКС 1						
Каша гречневая вязкая	140	3,27	4,33	20,56	134	
Чай с сахаром	200/8	0,0	0,0	7,99	32	
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33	
<b>Итого:</b>		<b>8,80</b>	<b>4,04</b>	<b>4,49</b>	<b>35,3</b>	<b>199</b>

Горячий завтрак (старшие)

Суп картофельный с рисом, с мясными фрикадельками	250/11	3,92	4,5	17,5	127	
<b>Итого:</b>		<b>16,00</b>	<b>3,92</b>	<b>4,45</b>	<b>17,5</b>	<b>127</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством



8(800)234-33-88



@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»