

# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

13-18 февраля 2023 года

## Горячие бесплатное питание (младшие)

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>						
<b>Комплекс № 1</b>						
Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)	75		14,3	12,8	0,95	175
Макаронные изделия 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>51,6</b>	<b>452</b>
<b>ВТОРНИК</b>						
<b>Комплекс № 1</b>						
Тефтели из говядины в соусе томатном	70/40		10,2	10,8	8,5	173
Рис отварной	150		3,8	5,4	40	224
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,12	0,03	11,6	48
Хлеб ржано - пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
<b>Итого:</b>		<b>48,00</b>	<b>14,87</b>	<b>16,38</b>	<b>66,85</b>	<b>478</b>
<b>СРЕДА</b>						
<b>Комплекс № 1</b>						
Нагетсы куриные	4шт/64		13,1	15,7	2,3	200
Пюре картофельное	150		3,3	4,7	22	146
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>17,17</b>	<b>20,55</b>	<b>38,95</b>	<b>411</b>
<b>ЧЕТВЕРГ</b>						
<b>Комплекс № 1</b>						
Картофель тушёный с фаршем	170		12,7	14,4	23,4	275
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>13,47</b>	<b>14,55</b>	<b>38,05</b>	<b>340</b>
<b>ПЯТНИЦА</b>						
<b>Комплекс № 1</b>						
Люля-кебаб	80		14,3	13,1	6	195
Каша гречневая вязкая	150		3,5	4,6	22,03	144
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>18,57</b>	<b>17,89</b>	<b>42,18</b>	<b>404</b>
<b>СУББОТА</b>						
<b>Комплекс № 1</b>						
Сосиски отварные	2шт/100		8,92	9,51	2,39	136
Спагетти отварные (с м/растит.)	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>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





# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

13-18 февраля 2023 года

## Горячие бесплатное питание (младшие)

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>						
<b>Горячее бесплатное питание младшие</b>						
Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
Тефтели из говядины в соусе томатном	70/40		5,50	6,83	8,46	117
Каша гречневая рассыпчатая	150		6,62	5,39	41,87	242
Компот из свежих плодов (яблоки)	200		0,08	0,08	11,94	49
Печенье весовое	2 шт/30		1,07	1,14	8,23	48
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>535</b>	<b>62,10</b>	<b>19,10</b>	<b>17,70</b>	<b>84,63</b>	<b>577</b>
<b>ВТОРНИК</b>						
<b>Горячее бесплатное питание младшие</b>						
Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Салат из белокачанной капусты (капуста, морковь, масло растит)	60		0,93	3,05	5,64	54
Рагу из куриных грудок	50/150		12,04	15,22	23,20	278
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,13	0,02	11,15	46
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>590</b>	<b>62,10</b>	<b>15,39</b>	<b>18,96</b>	<b>63,92</b>	<b>493</b>
<b>СРЕДА</b>						
<b>Горячее бесплатное питание младшие</b>						
Свекла отварная (дольками) с маслом	60		0,85	3,65	5,02	56
Котлеты "Школьные"	90		11	6,09	3,6	113
Рис отварной с маслом сливочным	150/5		3,87	9,05	40,05	257
Компот из замороженной вишни	200		0,12	0,03	11,57	48
Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35
<b>Итого:</b>	<b>540</b>	<b>62,10</b>	<b>17,98</b>	<b>19,14</b>	<b>76,62</b>	<b>553</b>
<b>ЧЕТВЕРГ</b>						
<b>Горячее бесплатное питание младшие</b>						
Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Салат из моркови (морковь свежая, сахарный песок, масло растит.)	60		0,63	2,04	2,34	80
Чикен	90		11,10	8,20	12,09	110
Макаронные изделия отварные (масло сливочное)	150		5,60	5,06	35,91	180
Напиток лимонный	200		0,14	0,01	9,43	51
Печенье сдобное "Американер с кунжутом"	1 шт/15		0,36	4,16	4,16	80
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>645</b>	<b>62,10</b>	<b>20,12</b>	<b>20,14</b>	<b>87,86</b>	<b>616</b>
<b>ПЯТНИЦА</b>						
<b>Горячее бесплатное питание младшие</b>						
Салат из квашенной капусты (без лука)	60		0,98	3,05	4,63	51
Картофель тушёный с фаршем	180		13,38	15,24	24,71	290
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,13	34
Печенье весовое	1 шт/15		1,03	2,07	11,11	67
Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35
<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>62,10</b>	<b>17,59</b>	<b>20,69</b>	<b>64,96</b>	<b>520</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

13-18 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>						
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>ВТОРНИК</b>						
<b>КОМПЛЕКС № 1</b>						
Блинчики (п/ф) со сгущенным молоком	2 шт/90/25		6,75	5,47	41,77	244
Чай с сахаром, лимоном	200/8/6		0,08	0,01	8,16	34
<b>Итого:</b>		<b>30,00</b>	<b>6,83</b>	<b>5,48</b>	<b>49,93</b>	<b>278</b>
<b>СРЕДА</b>						
<b>КОМПЛЕКС № 1</b>						
Бутерброд с маслом (батон)	40/15		3,12	12,03	20,68	204
Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с маслом	150/5		6,6	5,98	33,06	220
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,13	0,02	11,15	46
<b>Итого:</b>		<b>30,00</b>	<b>9,85</b>	<b>18,03</b>	<b>64,89</b>	<b>470</b>
<b>ЧЕТВЕРГ</b>						
<b>КОМПЛЕКС № 1</b>						
Сырники "Классические" со сгущенным молоком	2 шт/70/10		17,04	5,37	25,7	222
Кисель из концентрата	200				13,10	53
<b>Итого:</b>		<b>30,00</b>	<b>17,04</b>	<b>5,37</b>	<b>38,79</b>	<b>275</b>
<b>ПЯТНИЦА</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	32,11	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>55,65</b>	<b>416</b>
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>						
<b>КОМПЛЕКС № 2</b>						
Печенье сдобное Морковное	2 шт/30		1,93	4,88	20,01	132
Кисло - молочный продукт ДМК	1/125		3,5	3,5	5,12	63
<b>Итого:</b>		<b>30,00</b>	<b>5,43</b>	<b>8,38</b>	<b>25,13</b>	<b>195</b>
<b>ВТОРНИК</b>						
<b>КОМПЛЕКС № 2</b>						
Маффин Шоколадный	50		3,78	14,39	22,32	234
Компот из плодов сушеных (урюк)	200		1,00	0,08	30,56	128
<b>Итого:</b>		<b>30,00</b>	<b>4,78</b>	<b>14,47</b>	<b>52,88</b>	<b>362</b>
<b>СРЕДА</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>
<b>ЧЕТВЕРГ</b>						
<b>КОМПЛЕКС № 2</b>						
Печенье сдобное Вкусное	2 шт/30		2,35	7,79	21,64	166
Кисло - молочный продукт ДМК	1/125		3,5	3,5	5,12	63
<b>Итого:</b>		<b>30,00</b>	<b>5,85</b>	<b>11,29</b>	<b>26,76</b>	<b>229</b>
<b>ПЯТНИЦА</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>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

13 февраля 2023 года

1 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 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>
<b>1-ЫЕ БЛЮДА</b>						
Суп гороховый с гречками, с мясными фрикадельками	250/10/11		10,5	7,0	24,31	202
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
Рыба (филе) по-Московски	70/20		18	13,8	2	204
Грудки куриные запеченные с сыром, томатом	70/5		19	18,1	0,3	241
Голень куриная запеченная в сливочном маринаде	90		22,7	33,0	1,8	391
	<b>сред.</b>		<b>17,32</b>	<b>18,83</b>	<b>3,33</b>	<b>251</b>
Лазанья с мясом	200		22,9	30,0	38,7	519
Буритос с курицей и сыром	180		21,6	35,3	29,6	525
Блинчики п/ф со сгущенным молоком	4шт/180/15		11	8	64,1	373
	<b>сред.</b>		<b>18,50</b>	<b>24,43</b>	<b>44,13</b>	<b>472</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
Спагетти отварные (с маслом растит.)	180		6,72	6,1	43,1	254
Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,9	3,6	8,8	80
	<b>сред.</b>		<b>4,94</b>	<b>5,09</b>	<b>26,10</b>	<b>169</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,14	0,0	11,2	46
	<b>сред.</b>		<b>0,07</b>	<b>0,01</b>	<b>9,60</b>	<b>39</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,3	16,38	79
<b>Итого-</b>		<b>73,00</b>				

## КОМПЛЕКС 1

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>50,8</b>	<b>280</b>

Горячий завтрак (старшие)

Суп гороховый с гречками, с мясными фрикадельками	250/15/11		12,6	8,7	24,3	225
<b>Итого:</b>		<b>16,00</b>	<b>12,60</b>	<b>8,70</b>	<b>24,3</b>	<b>225</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

14 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 "Столичный" с соусом Переменка	80		5,3	12,9	5,4	159
Салат "Мечта" (капуста белокочаная, кукуруза, з/горошек, масло растит.)	100		2,08	15,24	6	170
Салат из отварной свеклы с маслом растит.	100		1,43	6,09	8,36	94
<b>сред.</b>		<b>3,08</b>	<b>7,91</b>	<b>8,99</b>		<b>120</b>

**1-ЫЕ БЛЮДА**

Борщ со свеж. капустой, картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/5		3,8	7,5	12,6	134
---	----------	--	-----	-----	------	-----

**ВТОРЫЕ БЛЮДА**

Бифштекс по-домашнему	90		13,5	12,22	8,5	195
Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
Нагетсы куриные	5шт/80		16,3	19,7	2,82	250
Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
<b>сред.</b>		<b>15,63</b>	<b>15,05</b>	<b>4,22</b>		<b>213</b>
Грудки куриные по-французски	180		17	29,0	16,9	397

**сред. 17,00 29,00 16,90 397,00**

**ГАРНИРЫ**

Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
Макаронные изделия отварные (с м/р)	180		6,77	5,4	43,13	248
Капуста тушеная	180		4,21	7,4	18	159
<b>сред.</b>		<b>5,19</b>	<b>6,43</b>	<b>36,38</b>		<b>225</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>41</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,3	16,38	79

**Итого- 73,00**

<b>КОМПЛЕКС 1</b>						
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>	<b>216</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»

15 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 белокачанной капусты (капуста, морковь, сахар, м/растит.)	100		1,55	5,1	9,41	91
Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с маслом раст.	70		4,85	9,8	7,28	137
Салат из моркови с яблоками	100		0,99	10,14	8,80	132
Винегрет овощной	100		1,22	10,16	7,17	126
	сред.		1,80	7,12	8,49	107
<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
Гуляш из куриных грудок	50/50		14,6	15,3	3,235	209
Рыба запеченная (филе)	75		17,3	10,0	3,3	171
Шашлычок из куриных грудок (на шампуре) с соусом Переменка	80/5		19,6	26,8	1,51	324
	сред.		15,73	15,48	4,41	219
Запеканка картофельная с мясом, маслом	180/5		13	20,0	25	331
Рыбный киш	170		24,4	30,22	34,944	510
	сред.		18,68	25,11	29,97	421
<b>ГАРНИРЫ</b>						
Картофель запеченный (с паприкой)	180		4,2	9,9	34,1	242
Каша гречневая рассыпчатая	180		7,95	6,5	50,25	291
Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,9	3,6	8,8	80
	сред.		5,35	6,66	31,05	204
<b>НАПИТКИ</b>						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Компот из плодов сушеных (урюк)	200		1	0,1	30,56	128
	сред.		0,50	0,04	19,28	80
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,13	68
	Итого-	73,00				

<b>КОМПЛЕКС 1</b>						
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
Итого:		8,80	4,04	4,49	35,30	199

Горячий завтрак (старшие)

Суп картофельный с вермишелью, мясными фрикадельками

Итого: 250/11 16,00 4,7 4,5 20,9 144

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

16 февраля 2023 года

4 день

Наименование блюда

	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 "Прага" (грудки курицы, морковь отвар., огурцы солён., м/раст.)	80		5,2	9,5	1,50	113
Салат картофельный с солёными огурцами	100		1,46	5,3	9,83	93
Салат "Здоровье" (морковь, свекла, з/горошек, яблоки)	100		1,3	10,1	7,2	126
Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
	<b>сред.</b>		<b>2,15</b>	<b>7,39</b>	<b>8,77</b>	<b>111</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
Щи из свеж.капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/5		3,33	6,4	7,4	120
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные	90		16,5	15,0	6,6	225
Рыба (филе) по-Московски	70/20		18	13,8	2	204
Цыплята запечённые	100		24,5	22,4	0,9167	304
Чахохбили из куриных грудок	50/50		10,8	14,2	6,9	200
	<b>сред.</b>		<b>17,45</b>	<b>16,35</b>	<b>4,10</b>	<b>233</b>
Плов с куриными грудками	50/150		13,4	21,5	40	412
Буритос с курицей и сыром	180		21,6	35,3	29,6	525
	<b>сред.</b>		<b>17,50</b>	<b>28,40</b>	<b>34,80</b>	<b>469</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
Спагетти отварные (с маслом слив.)	180		6,77	5,4	43,14	248
Рагу овощное	180		3,36	9,2	20,2	178
Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
	<b>сред.</b>		<b>4,91</b>	<b>7,02</b>	<b>37,11</b>	<b>232</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
Чай чёрный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	<b>сред.</b>		<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>9,17</b>	<b>38</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	25/25		2,77	0,5	21,09	102
	<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>4,6629</b>	<b>4,82</b>	<b>36,4</b>	<b>210</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>9,50</b>	<b>128</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

17 февраля 2023 года

5 день

Наименование блюд

	выход	стоимост	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 "Бурячок" (свекла отвар., яблоки, кукуруза консерв., масло раст.)	100		1,5	8,6	9	121
Салат "Столичный" с соусом Переменка	80		5,3	12,9	5,4	159
Салат "Витаминный" (капуста б/коч., морковь, яблоки, сахар, м/растит.)	100		1,21	5,2	10,9	96
Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
	сред.		2,92	6,40	10,10	111
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,9	117
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
Котлеты "Школьные"	90		11,5	9,9	9,6	172
Шашлычок из куриных грудок (на шампуре) с соусом Переменка	80/5		19,6	26,8	1,51	324
Фрикадельки мясные в соусе	55/50		12,5	14,9	5,2	205
Грудка куриная в томатном соусе	50/50		9,9	10,6	3,6	150
	сред.		14,18	14,55	4,52	205
Картофель тушёный с фаршем	200		14,9	17	27,5	322
Сырники "Классические" со сгущённым молоком	3шт/105/10		26,3	28,9	44,1	366
	сред.		20,60	22,95	35,80	344
<b>ГАРНИРЫ</b>						
Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,46	175
Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Капуста тушёная	180		4,21	7,4	18	159
	сред.		4,12	6,20	23,62	169
<b>НАПИТКИ</b>						
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
Кисель из концентрата	200				13,1	53
	сред.		0,03	0,00	10,62	44
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,3	16,38	79
	Итого-	73,00				

<b>КОМПЛЕКС 1</b>						
Каша пшеничная 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)

Суп картофельный с фрикадельками из птицы

Итого:	200/11	16,00	4,34	4,60	19,8	139
--------	--------	-------	------	------	------	-----

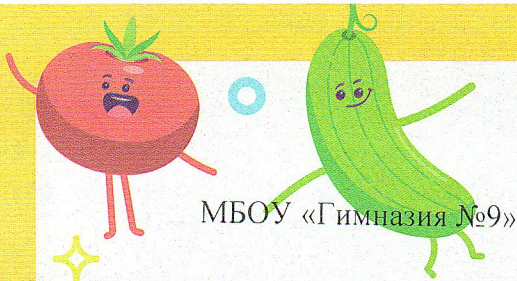
Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

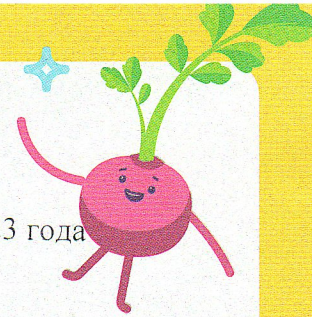




# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

18 февраля 2023 года



6 день

Наименование блюд

выход стоимост белки жиры углев. ККАЛ

Ланч

СУББОТА

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Плоды 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

Макароны 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>50,8</b>	<b>280</b>

Горячий завтрак (старшие)

Рассольник "Домашний" с фрикадельками из птицы, со сметаной	200/11/5	4,13	7,0	15	148
<b>Итого:</b>	<b>16,00</b>	<b>4,13</b>	<b>7,00</b>	<b>15,0</b>	<b>148</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

