

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

9 января 2024 года

Наименование продуктов Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

ВТОРНИК

КОМПЛЕКС № 1

Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Макаронные изделия отварные с сыром	150		8,99	8,21	32,12	239
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,13	34
Батон	30		2,25	0,87	15,42	79

Итого: 35,00 11,70 9,49 65,47 399

Горячее бесплатное питание младшие (ОБЕДЫ)

Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,40	9,8	47
Щи из свежей капусты, картофелем	200		7,98	7,8	33,5	236
Жаркое по - домашнему	40/160		11,24	14,5	28,83	291
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91

Итого: 748 66,80 22,16 23,06 98,96 697

Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Жаркое по - домашнему	40/160		11,24	14,5	28,83	291
Напиток из урюка	200		0,80	0,06	18,46	79
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91

Итого: 540 66,80 14,96 15,32 75,93 508

Горячее бесплатное питание младшие

Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Макаронные изделия отварные с сыром	150		8,99	10,3	32,12	257
Кофейный напиток с молоком	200		3,30	1,51	21,08	120
Кисломолочный продукт ДМК	1/125		3,5	3,12	5,12	63
Батон	20		1,5	0,58	10,28	52

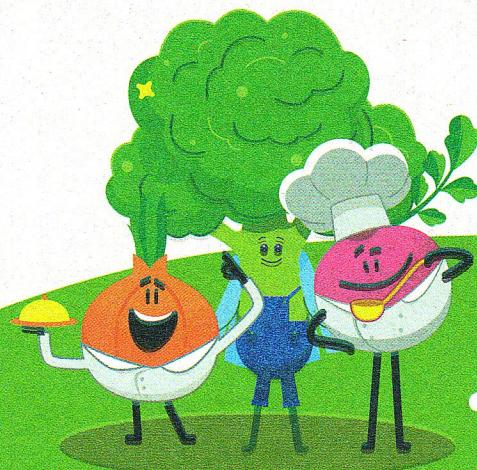
Итого: 595 66,80 17,69 15,91 78,40 539



Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

Меню

2 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Флоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Салат-бар	100		1,5	5,1	4,6	72
капуста квашеная	50					
морковь свежая	45					
масло растительное	5					
	сред.		0,63	1,83	4,80	39,7
1-ые БЛЮДА						
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10		2	6,7	12,7	120
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Голень залеченная	80		18,20	18,40	0,50	241
Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208
Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	80/5/10		19,8	14,2	3,2	221
	сред.		17,23	16,17	2,10	223
Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	180/5		21,4	17,9	37,733	398
Жаркое по-домашнему (с говядиной)	40/160		11,2	12,4	28,8	273
	сред.		16,30	15,15	33,27	336
ГАРНИРЫ						
Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
Спагетти отварные (масло сливоч.)	180		6,72	6,1	43,1	254
Капуста тушеная	180		4,32	7,4	18,24	160
	сред.		5,21	6,68	36,45	228
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
Напиток из вишни	200		0,12	0,0	11,6	48
	сред.		0,09	0,02	9,87	41,00
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
Итого-	79,00	25,06	24,95	67,34	600	

МБОУ «Гимназия №9»

9 января 2024 года

Наименование блюд	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Каша пшеничная вязкая	130		3,70	4,30	21,00	138
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	4,47	4,46	35,74	203

Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной, с мясными фрикадельками	200/10/11		3,23	6,3	7,51	100
		16,00	3,23	6,3	7,51	100

Комплекс № 1

Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
Спагетти отварные (м/растит.)	180		6,7	6,1	43,1	254
Сок в ассортименте разливной 1л	200		1,35	0,27	12,15	59
Хлеб пшеничный (белый)	35		2,66	0,28	17,2	82
Итого:	55,00	20,28	17,08	81,70	564	

Директор
Калькулятор
Зав. производством

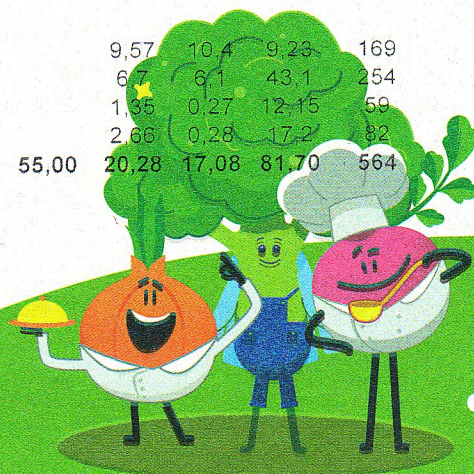


8(800)34-33-88



poelidovolen.ru

АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

10 января 2024 года

Наименование продуктов Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

СРЕДА

КОМПЛЕКС № 1

Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом	150/5		4,6	5,08	32,55	201
Блинчики со сгущённым молоком	1 шт/45/10		3,19	2,52	19,5	114
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,13	0,02	11,15	46
Батон	30		2,25	0,87	15,42	79
Итого:		35,00	10,17	8,49	78,62	440

Горячее бесплатное питание младшие (ОБЕДЫ)

Салат из свеклы	60		0,85	3,65	5,02	56
Рассольник Ленинградский	200		6,90	6,50	35,10	227
Гуляш из птицы	45/45		11,07	10,30	2,95	149
Макаронные изделия отварные	150		5,64	4,46	35,94	207
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,98	32
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	748	66,80	27,00	25,27	105,8	762

Салат из свеклы отварной с маслом	60		0,85	3,65	5,01	56
Гуляш из птицы	45/45		11,07	10,30	2,95	149
Макаронные изделия отварные	150		5,64	4,46	35,94	207
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	548	66,80	20,10	18,77	70,73	535

Горячее бесплатное питание младшие

Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Запеканка рисовая с творогом	150		14,1	11,1	22,38	246
Напиток из урюка	200		0,80	0,06	18,46	79
Печенье сдобное "Американер с кунжутом"	2 шт/30		2,73	8,32	18,32	159
Батон	25		1,87	0,72	12,85	66
Итого:	505	66,80	19,90	20,60	81,81	597

Директор
Калькулятор
Зав. производством

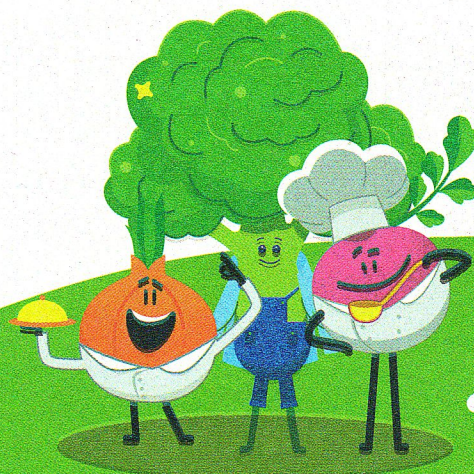


8(800)234-33-88



poelidovolen.ru

АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»



Меню

3-ий 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
Салат-бар	100		1,3	5,1	7,4	81
морковь свежая	50					
свекла отварная	45					
масло растительное	5					
Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
	сред.		2,63	3,47	10,87	86,3
1-ые БЛЮДА						
Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5		2,56	6,9	17,26	134
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Котлеты "Школьные"	90		11,5	9,9	9,6	172
Гуляш из птицы	50/50		14,8	15,3	3,20	209
Рыба запеченная	75		17,30	9,90	3,3	171
Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
	сред.		13,44	13,80	4,23	195
Запеканка картофельная с мясом	200		14,5	18,2	27,647	331
	сред.		14,47	18,24	27,65	331
ГАРНИРЫ						
Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Макаронные изделия отварные (м/раст.)	180		6,8	5,4	43,1	248
Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,6	3,3	8,9	80
	сред.		4,87	4,76	26,14	167
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
Напиток яблочный	200				13,1	53
	сред.		0,03	0,00	10,62	44
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого-		79,00	23,49	22,38	70,68	582

МБОУ «Гимназия №9»

10 января 2024 года

Наименование блюд	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Каша полбяная вязкая	130		3,10	4,00	16,8	116
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	3,87	4,16	31,54	181

Суп картофельный с горохом, с мясными фрикадельками	250/11		7,52	6,9	19,46	171
Итого:		16,00	7,52	6,94	19,5	171

Комплекс № 1

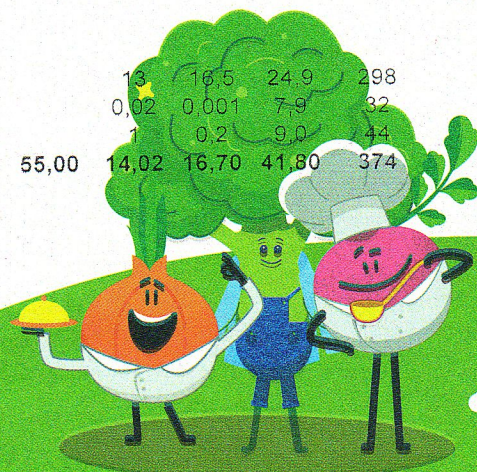
Запеканка картофельная с мясом	180		13	16,5	24,9	298
Чай с сахаром	200/8		0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9,0	44
Итого:		55,00	14,02	16,70	41,80	374

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Меню

4 день

Наименование блюда	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
Салат-бар	100		1,5	5,1	4,6	72
капуста квашеная	50					
морковь свежая	45					
масло растительное	5					
	сред.		0,63	1,83	4,80	40
1-ые БЛЮДА						
Суп картофельный с горохом, с гренками	250/10		7	6,3	26,4	191
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Рыба запечённая с овощами	90/30		19	11,9	3,1	196
Котлеты Столичные	90		12,4	13,5	7,8	199
Птица запеченная (цыплята)	100		26,7	24,5	1	332
	сред.		19,37	16,63	3,97	242
Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом слив.	180/5		21,4	17,9	37,733	398
Плов с птицей	50/150		18,9	22,1	40	442
	сред.		20,15	20,00	38,87	420
ГАРНИРЫ						
Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
Спагетти отварные (масло растит.)	180		6,72	6,1	43,1	254
Пюре картофельное	150		3,3	4,7	22	146
	сред.		4,87	5,77	37,70	223
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
Напиток из урука	200		0,8	0,1	18,5	79
	сред.		0,43	0,03	13,32	57
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого-		79,00	27,82	24,62	78,62	653

Наименование блюд	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Каша Геркулесовая вязкая	130		3,5	5	17,3	129
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	4,27	5,16	32,04	194

Рассольник Ленинградский со сметаной	250/25		2,81	8,4	17,65	158
Итого:		16,00	2,81	8,40	18	158

Комплекс № 1						
Котлеты Столичные	90		12,4	13,5	7,8	199
Рагу овощное	100		1,87	5,1	11,2	99
Чай с сахаром	200/8		0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,87	33
Итого:		55,00	15,04	18,75	33,85	363

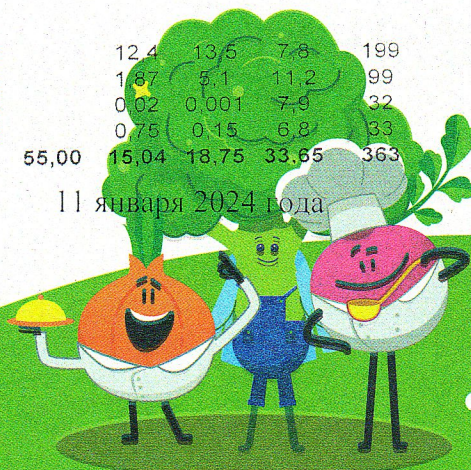
Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-88-88

poelidovolen.ru

11 января 2024 года



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

12 января 2024 года

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
КОМПЛЕКС № 1						
Бутерброд горячий с сыром (батон)	30/15		6,19	4,86	15,42	131
Каша вязкая молочная из рисовой и пшённной крупы с мас	150/5		4,66	5,32	25,37	175
Напиток из урюка	200		0,80	0,06	18,46	79
Вафли весовые	1 шт/21		0,82	6,43	13,12	114
Итого:		35,00	12,47	16,67	72,37	499

Горячее бесплатное питание младшие (ОБЕДЫ)

Салат из белокочанной капусты	60		0,93	3,05	5,64	54
Биточки рыбные из фарша минтая	90		12,2	7,8	5,92	143
Пюре картофельное	150		3,28	4,65	22,02	146
Напиток из урюка	200		0,80	0,06	18,46	79
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	540	66,80	19,73	15,92	70,88	513

Салат из белокочанной капусты	60		0,93	3,05	5,64	54
Борщ со св. капустой, картофелем	200		3,2	7,1	35,9	220
Биточки рыбные из фарша минтая	90		12,2	7,80	5,92	143
Пюре картофельное	150		3,28	4,65	22,02	146
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	748	66,80	22,15	22,96	96,3	686

Горячее бесплатное питание младшие

Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
Каша вязкая молочная из рисовой и пшённной крупы с маслом	150/5		4,66	5,32	25,37	175
Напиток яблочный	200		0,10	0,10	12,43	52
Печенье сдобное Шоколадное	2 шт/30		2,41	7,24	20,51	157
Молоко (ДМК) с витаминами в стаканчиках	1/125		3,75	1,87	6,00	68
Батон	25		1,87	0,72	12,85	66
Итого:	550	66,80	16,73	19,24	77,16	571

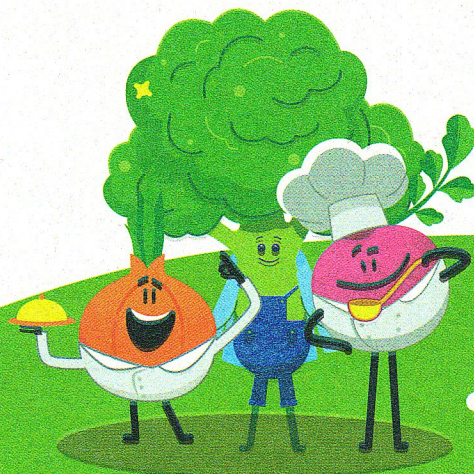
Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

12 января 2024 года

5 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 сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
Салат-бар	100		1,5	5,1	5,5	75
капуста свежая	50					
морковь свежая	45					
масло растительное	5					
	сред.		2,70	3,47	10,23	84
1-ые БЛЮДА						
Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/5		2,04	6,7	12,66	111
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Рыба (филе) запеченная с сыром	70/5		17,5	10,6	2,5	175
Шашлык куриный (с перемешкой, на шампуре)	80		15,2	15,3	1,07	201
Котлеты мясо-картофельные	90		12,3	11,1	8,3	179
Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208
Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
	сред.		13,82	14,60	3,05	198
	сред.		0,00	0,00	0,00	0
ГАРНИРЫ						
Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Макаронные изделия отварные (м/раст.)	180		6,8	5,4	43,1	248
Рагу овощное	180		3,36	9,2	20,2	178
	сред.		4,79	6,72	29,90	200
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	сред.		0,01	0,00	9,10	37
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,32	16,38	79
Итого-		79,00	23,45	25,11	68,67	597

Наименование блюд	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
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
Итого:		8,80	6,41	5,23	50,80	280

Суп картофельный с рисом, с мясными фрикадельками	200/11		3,343	3,7	14,13	103
Итого:		16,00	3,34	3,70	14,1	103

Комплекс № 1						
Котлеты мясо-картофельные	90		12,3	11,1	8,3	179
Каша рисовая вязкая	120		1,8	3,3	19,2	114
Чай с сахаром	200/8		0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано - пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:		55,00	14,87	14,55	42,15	358

Директор
Калькулятор
Зав. производством

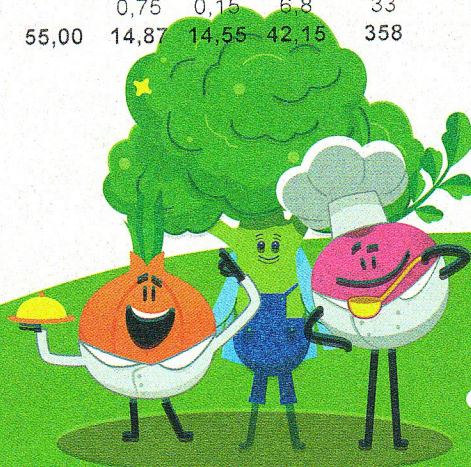


8(800)234-33-88



poelidovolen.ru

АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

13 января 2024 года

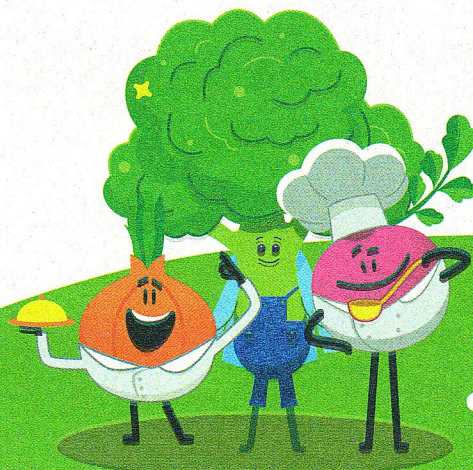
Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
КОМПЛЕКС № 1						
Каша вязкая молочная из гречневой крупы с маслом	150/5		5,85	5,61	30,78	204
Блинчики со сгущённым молоком	1 шт/45/10		3,19	2,52	19,5	114
Напиток из шиповника	200		0,01		10,18	41
Батон	25		1,87	0,72	12,85	66
Итого:		35,00	10,92	8,85	73,31	425
Горячее бесплатное питание младшие (ОБЕДЫ)						
Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,40	9,8	47
Суп картофельный с рисом	200		6,9	9,42	39,5	270
Пельмени "Для умиков и умниц" отварные с маслом	150/5		14,2	12,6	27,4	280
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	703	66,80	24,04	22,78	103,53	720
Салат из квашенной капусты	60		0,95	3,05	4,94	53
Пельмени "Для умиков и умниц" отварные с маслом	150/5		14,2	12,6	27,4	280
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,14	34
печенье	2 шт/34		2,35	4,69	25,19	152
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	502	66,80	20,08	20,71	84,51	610
Горячее бесплатное питание младшие						
Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Каша вязкая молочная из гречневой крупы с маслом	150/5		5,85	4,3	22,4	152
Блинчики со сгущённым молоком	2 шт/90/20		6,39	9,2	14,2	165
Сок в ассортименте разливной 1л	200		1,35	0,27	12,15	59
Батон	30		2,25	0,87	15,42	79
Итого:	595	66,80	16,24	15,04	73,97	502



Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

13 января 2024 года

6 день

СУББОТА

Наименование блюд

выход стоимость белки жиры углев. ККАЛ

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом Переменка	170/5		19	16,3	33,5	357
Сок в ассортименте разливной 1л	200		1,35	0,27	12,15	59
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Итого-		79,00	21,75	17,17	64,45	507

Суп картофельный с рисом, с мясными фрикадельками	200/11		3,343	3,7	14,13	103
Итого:		16,00	3,34	3,70	14,1	103

Комплекс № 1

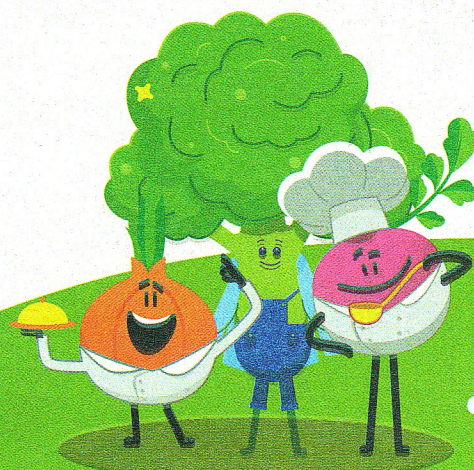
Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
Макаронные изделия отварные (м/растит.)	130		4,9	4,4	31,1	184
Чай с сахаром	200/8		0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано - пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:		55,00	16,07	24,65	46,55	475

Наименование блюд	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Угл-дь	Ккал
Каша гречневая вязкая	130		2,83	3,75	17,82	116
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	3,60	3,91	32,6	181

Директор МБОУ
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»