

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

27 ноября 2023 года

1 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Фрукты свежие	120		0,48	0,48	11,8	56
Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
Яйцо под соусом Переменка с зеленым горошком	48/10/5		6,5	11,30	1,10	132
Салат-бар	100		2,5	6,1	10,42	108
капуста свежая	40					
морковь свежая	40					
фасоль консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
сред.			1,79	6,10	12,57	114
1-ЫЕ БЛЮДА						
Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,8	117
Бульон куриный с птицей, гренками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Котлеты Столичные	90		12,4	13,5	7,8	199
Рыба (филе) по-Московски	80/20		20,2	14,5	1,9	220
Шашлык из куриных грудок (с переменной, на шампуре)	80		15,2	15,3	1,07	201
сред.			15,93	14,43	3,59	207
Лазанья с мясом	200		21,7	28,0	36,8	493
Блинчики п/ф со сгущенным молоком	4шт/180/15		11	8	64,1	373
сред.			16,35	18,00	50,45	433
ГАРНИРЫ						
Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Макаронные изделия отварные (м/сл.)	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 из замороженной черной смородины	200		0,14	0,0	11,15	46
сред.			0,10	0,01	9,64	40
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
Итого-		79,00	24,58	25,55	66,07	596

Наименование блюд	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Углево.	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	20		1	0,2	9	44
Итого:		8,80	6,66	5,28	53,1	291

Суп картофельный со сметаной	250/20		3,04	6,0	20,52	149
Итого:		16,00	3,04	6,00	20,52	149

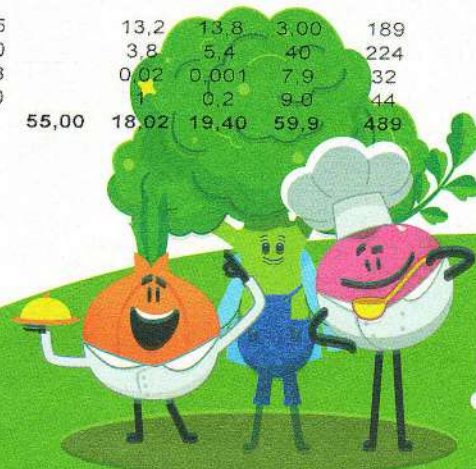
Комплекс № 1

Гуляш из филе куриных грудок	45/45		13,2	13,8	3,00	189
Рис отварной	150		3,8	5,4	40	224
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	18,02	19,40	59,9	489

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

28 ноября 2023 года

2 день

Наименование блюд

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Фрукты свежие	120		0,48	0,48	11,8	56
Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
Салат с фасолью (фасоль к/с, морковь отвар., огурцы солён., м/рас)	80		2,44	6,7	6,8	98
Салат-бар	100		2	6,2	8,5	99
капуста квашеная	40					
морковь свежая	40					
зелёный горошек консервированный	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
сред.			2,78	4,57	10,63	96
1-ЫЕ БЛЮДА						
Бульон куриный с птицей, грёнками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250/10		2	6,7	12,7	120
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	80/5/10		19,8	14,2	3,2	221
Гуляш из говядины	45/45		13,7	15,90	2,60	208
сред.			14,36	13,51	5,01	199
Грудки куриные по-французски	200		18,9	32,1	18,8	441
Жаркое из птицы (грудки куриные)	50/150		16,2	15,8	22	296
сред.			18,90	32,10	18,80	441
ГАРНИРЫ						
Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
Спагетти отварные (масло сливоч.)	180		6,72	6,1	43,1	254
Капуста тушёная	180		4,32	7,4	18,24	160
сред.			5,21	6,68	36,45	228
НАПИТКИ						
Чай чёрный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Напиток из вишни	200		0,12	0,0	11,6	48
сред.			0,06	0,02	9,80	40
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
Итого-	79,00		24,30	25,03	76,01	631

Наименование блюд	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Каша Геркулесовая вязкая	150		4	5,8	20	148
Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Итого:		8,80	5,02	6,01	36,99	224

Щи из свежей капусты с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	200/11/15		3,46	7,2	7,74	118
Итого:		16,00	3,46	7,15	7,74	118

Комплекс № 1

Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		4,6	4,0	5,23	75
Спагетти отварные (с м/сливоч.)	180		6,722	6,1	43,1	254
Сок в ассортименте разливной 1л	200		1,35	0,27	12,15	59
Хлеб ржано-пшеничный	25		1,25	0,25	11,3	55
Итого:		55,00	13,92	10,62	71,73	443

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

29 ноября 2023 года

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

СРЕДА

КОМПЛЕКС № 1

Масло сливочное (порциями)	10		0,08	7,25	0,08	66
Блинчики со сгущённым молоком	2 шт/90/10		5,67	4,19	33,45	195
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,98	32
Батон	30		2,25	0,87	15,42	79
Итого:		35,00	8,02	12,31	56,93	372

Горячее бесплатное питание младшие

Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Запеканка рисовая с творогом	140		12,89	15,21	35,6	261
Напиток из замороженной чёрной смородины	200		0,10	0,04	10,70	44
Печенье сдобное Вкусное	2 шт/30		2,1	2,1	5,1	47
Батон	25		1,87	0,72	12,85	66
Итого:	515	66,80	17,44	18,55	76,01	474

Салат - бар	60		1,59	6,16	8,16	95
Свекла отварная	20					
Капуста белокачанная	20					
Кукуруза консервированная	10					
Сухарики из пшеничного хлеба	5					
Масло растительное	5					
Суп картофельный с горохом	200		11,94	6,74	36,78	256
Сосиски отварные	2 шт/100		8,60	4,80	11,75	125
Каша гречневая вязкая	140		3,26	4,33	22,13	134
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10		1,25	1,08	9,42	46
Итого:	728	66,80	26,66	23,11	96,23	688

Салат - бар	60		1,59	6,16	8,16	95
Свекла отварная	20					
Капуста белокачанная	20					
Кукуруза консервированная	10					
Сухарики из пшеничного хлеба	5					
Масло растительное	5					
Сосиски отварные	2 шт/100		8,60	4,80	11,75	125
Каша гречневая вязкая	140		3,26	4,33	22,13	134
Напиток яблочный	200		0,10	0,10	12,43	51
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10		1,25	1,08	9,42	46
Итого:	520	66,80	14,80	16,47	63,89	451

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

29 ноября 2023 года

3-ий день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
Салат Прага (филе курицы, морковь, огурцы солён., яйцо, соус Перем)	70		4,4	8,30	1,3	98
Салат-бар	100		2,2	6,2	10,9	109
капуста свежая	40					
свекла отварная	40					
кукуруза консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
	сред.		2,35	6,65	9,38	108
1-ые БЛЮДА						
Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
Суп картофельный с горохом, с мясными фрикадельками	250/11		7,69	7,10	19,38	173
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90		13,8	14,7	8	216
Гуляш из куриных грудок	50/50		14,6	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.		14,03	15,00	3,83	206
Буритос с курицей и сыром	150		18,00	29,40	24,70	438
Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом Переменка	160/20		19	23,7	34,3	427
	сред.		18,50	26,55	29,50	433
ГАРНИРЫ						
Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Картофель запечённый (с паприкой)	150		3,51	8,25	28,417	202
Макаронные изделия отварные (м/сл.)	180		6,8	5,4	43,1	248
Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,6	3,3	8,9	80
	сред.		4,53	5,63	26,71	175,7
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	15/15		1,89	0,25	14,13	68
Итого-		79,00	22,82	27,53	64,65	601

Наименование блюд	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Каша гречневая вязкая	150		3,27	4,33	20,58	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	4,48	35,30	199

Суп картофельный с горохом, с мясными фрикадельками	250/11		7,69	7,10	19,38	173
Итого:		16,00	7,69	7,10	19,38	173

Комплекс № 1

Котлеты "Школьные"	90		11,48	9,9	9,6	172
Картофель запечённый (с паприкой)	130		3	7,1	24,6	175
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	15,23	17,15	48,85	412

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

30 ноября 2023 года

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

ЧЕТВЕРГ

КОМПЛЕКС № 1

Сыр порциями	15	3,94	3,99		53
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,08	66
Каша вязкая молочная из гречневой крупы с маслом	150/5	5,85	5,61	30,78	204
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	0,06	0,01	8,13	34
Батон	25	1,87	0,72	12,85	66
Итого:	35,00	11,80	17,58	51,84	423

Горячее бесплатное питание младшие

Десерт фруктовый (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	
Каша вязкая молочная из гречневой крупы с маслом	150/5	5,85	5,61	17,2	145	
Блинчики со сгущённым молоком	2 шт/90/10	5,67	7,19	10,45	139	
Кофейный напиток с молоком	200	3,30	1,51	21,08	120	
Вафли весовые	1 шт/20	1,63	1,12	10,5	59	
Батон	25	1,87	0,72	12,85	66	
Итого:	600	66,80	18,72	16,55	81,88	576

Десерт фруктовый (яблоки)	50	0,4	0,4	9,8	44	
Салат - бар	60	1,88	6,08	7,76	94	
Капуста квашеная	20					
Морковь свежая	20					
Фасоль консервированная	10					
Сухарики из пшеничного хлеба	5					
Масло растительное	5					
Рассольник Ленинградский	200	7,8	8,3	34,8	241	
Плов с говядиной	40/120	12,20	10,60	30,65	267	
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	0,06	0,01	8,14	34	
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10	1,25	1,08	9,42	46	
Итого:	703	66,80	23,59	26,47	100,57	726

Десерт фруктовый (яблоки)	80	0,32	0,32	7,84	38	
Салат - бар	60	1,88	6,08	7,76	94	
Капуста квашеная	20					
Морковь свежая	20					
Фасоль консервированная	10					
Сухарики из пшеничного хлеба	5					
Масло растительное	5					
Плов с говядиной	40/120	12,20	10,60	30,65	267	
Чай с сахаром	200/8	0,02		7,99	32	
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10	1,25	1,08	9,42	46	
Итого:	528	66,80	15,67	18,08	63,66	477

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

30 ноября 2023 года

4 день

Наименование блюд

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Плоды свежие	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	75		4,97	12,09	5,0625	149
Салат-бар	100		2,5	6,1	9,7	106
капуста квашеная	40					
морковь свежая	40					
фасоль консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
	сред.		3,52	5,87	9,99	108
1-ые БЛЮДА						
Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5		2,56	6,9	17,26	134
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Котлеты мясо-картофельные	90		12,3	11,1	8,3	179
Рыба запеченная с овощами	90/30		19	11,9	3,1	196
Шашлык из куриных грудок (с перемешкой, на шампуре)	80		15,2	15,3	1,07	201
	сред.		15,50	12,76	4,16	192
Плов с говядиной	40/120		11,1	13,3	34,5	305
Блинчики п/ф со сгущенным молоком	4шт/180/15		11	8	64,1	373
	сред.		11,05	10,65	49,30	339
ГАРНИРЫ						
Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
Спагетти отварные (масло сливоч.)	180		6,72	6,1	43,1	254
Рагу овощное	180		3,36	9,2	20,2	178
	сред.		4,89	7,27	37,10	234
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Напиток из замороженной черной смородины	200		0,14	0,0	11,15	46
	сред.		0,07	0,01	9,58	39
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
Итого-		79,00	25,87	26,16	74,95	641

Наименование блюд	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
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	15		0,75	0,15	6,75	33
Итого:		8,80	4,4129	4,77	34,1	199

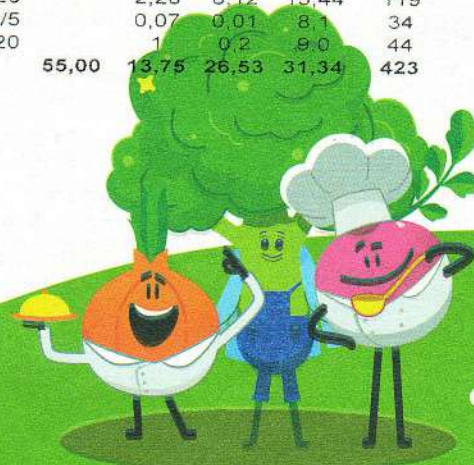
Рассольник Ленинградский с мясными фрикадельками	200/11		3,91	7,4	14	139
Итого:		16,00	3,91	7,35	14,00	139

Комплекс № 1						
Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,2	0,8	226
Рагу овощное	120		2,28	6,12	13,44	119
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,07	0,01	8,1	34
Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9,0	44
Итого:		55,00	13,75	26,53	31,34	423

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

1 декабря 2023 года

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПЯТНИЦА						
КОМПЛЕКС № 1						
Бутерброд с сыром, маслом (батон)	25/15/10		5,9	11,96	12,93	184
Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом	150/5		6,34	6,79	28,52	208
Напиток яблочный	200		0,10	0,10	12,43	52
Итого:		35,00	12,34	18,85	53,88	444
Горячее бесплатное питание младшие						
Десерт фруктовый (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Сыр порциями	20		5,25	5,32		70
Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом	150/5		7,8	10,22	36,52	269
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
Молоко (ДМК) в стаканчиках	1/125		3,75	1,87	6,00	68
Батон	25		1,87	0,72	12,85	66
Итого:	633	66,80	19,09	18,53	73,16	552
Салат - бар						
Капуста белокачанная	20					
Морковь свежая	20					
Зеленый горошек консервированный	10					
Сухарики из пшеничного хлеба	5					
Масло растительное	5					
Ёжики с мясом и рисом в соусе томатном	60/40		8,2	5	25,23	179
Пюре картофельное	140		3,06	4,35	20,56	136
Напиток из урюка	200		2,86	2,06	20,34	111
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10		1,25	1,08	9,42	46
Итого:	520	66,80	16,96	18,59	82,80	563
Салат - бар						
Капуста белокачанная	20					
Морковь свежая	20					
Зеленый горошек консервированный	10					
Сухарики из пшеничного хлеба	5					
Масло растительное	5					
Борщ со св. капустой, картофелем	200		7,98	10,01	40,94	286
Ёжики с мясом и рисом в соусе томатном	60/40		8,2	5	25,23	178
Пюре картофельное	140		3,06	4,35	20,56	136
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10		1,25	1,08	9,42	46
Итого:	728	66,80	22,10	26,54	111,39	769

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

1 декабря 2023 года

5 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками (фасоль, кукуруза к/с, сыр, яйцо, сухарики, м/растит.)	75		5,52	11,25	8,36	158
Салат-бар	100		2,21	6,1	9,6	103
капуста свежая	40					
морковь свежая	40					
горошек зелёный консервированный	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
Бутерброд с сыром, маслом (батон)	30/15/10		6,3	12,1	15,50	197
сред.			3,61	7,46	10,82	126
1-ые БЛЮДА						
Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
Борщ со свежей капустой, с картофелем, со сметаной	250/10		2,04	6,7	12,66	119
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Рыба (филе) запечённая с сыром	70/5		17,5	10,6	2,5	175
Котлеты Столичные	90		12,4	13,5	7,8	199
Птица запечённая (цыплята)	100		26,7	24,5	1	332
Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
сред.			16,54	14,76	5,13	219
Жаркое по-домашнему (с говядиной)	40/120		10,3	10,9	21,6	226
Сырники "Классические" со сгущённым молоком	3шт/105/30		28	9,4	42,5	371
сред.			19,15	10,15	32,05	299
ГАРНИРЫ						
Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Макаронные изделия отварные (м/сл.)	180		6,8	5,4	43,1	248
Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,44	175
сред.			4,98	5,52	31,98	199
НАПИТКИ						
Чай чёрный пакетированный с сахаром, лимоном, урюком	200/8/5/10		0,55	0,05	13,4	58
Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
сред.			0,28	0,03	11,80	50
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,25	14,13	68
Итого-		79,00	27,30	28,02	73,86	661

Наименование блюда	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Углево	Ккал
Каша гречневая вязкая	150		4,23	5,01	24,24	159
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	5,00	5,17	38,98	224

Борщ со свежей капустой, с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	200/11/10		3,86	8,3	12,76	141
Итого:		16,00	3,86	8,25	12,76	141

Комплекс № 1						
Цыплята запечённые	90		24,03	21,6	0,8	294
Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Кисель из концентрата	200				13,1	53
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9,0	44
Итого:		55,00	29,23	27,37	49,31	564

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

2 декабря 2023 года

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

СУББОТА

КОМПЛЕКС № 1

Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
Каша вязкая молочная из пшённой крупы с маслом	150/5		6,6	5,98	33,06	220
Напиток из вишни	200		0,12	0,03	11,57	48
Печенье весовое	3 шт/45		3,10	6,21	33,3	201
Батон	25		1,87	0,72	12,85	66
Итого:		35,00	15,63	16,93	90,82	588

Горячее бесплатное питание младшие

Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Каша вязкая молочная из пшённой крупы с маслом	150/5		5,6	5,98	18,66	151
Сырники "Классические" со сгущенным молоком	2 шт/70/15		8,76	10,22	12,2	178
Напиток яблочный	200		0,10	0,10	12,40	52
Вафли весовые	1 шт/20		1,63	1,12	10,5	59
Батон	25		1,87	0,72	12,85	66
Итого:	605	66,80	18,44	18,62	78,37	562

Десерт фруктовый (яблоки)	50		0,4	0,4	9,8	44
Салат - бар	60		1,35	6,17	6,78	89
Огурцы солёные	40					
Кукуруза консервированная	10					
Сухарики из пшеничного хлеба	5					
Масло растительное	5					
Суп картофельный с рисом	200		3,69	6,49	27,8	184
Пельмени "Для умников и умниц" отварные	140		16,2	10	44	320
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06		8,14	34
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	703	66,80	24,22	23,42	115,36	762

Салат - бар	60		1,35	6,17	6,78	89
Огурцы солёные	40					
Кукуруза консервированная	10					
Сухарики из пшеничного хлеба	5					
Масло растительное	5					
Пельмени "Для умников и умниц" отварные переменка	180/10		16,2	10	44	320
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06		8,14	34
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	503	66,80	20,13	16,53	77,76	534

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

2 декабря 2023 года

6 день
СУББОТА

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

Плоды свежие	120	0,48	0,48	11,76	56
Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом Переменка	160/15	19	23,7	34,3	427
Сок в ассортименте разливной 1л	200	1,35	0,27	12,15	59
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,25	0,3	11,25	55
Итого-	79,00	22,08	24,70	69,5	597

Наименование блюд	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Макаронь отварные (с мас растит.)	150		5,60	5,07	35,90	212
Чай с сахаром лимонном	200/8/5		0,1	0,01	8,15	35
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Итого:		8,80	6,66	5,28	53,1	291

Суп картофельный с рисом, с мясными фрикадельками	250/11		3,94	4,5	17,5	127
Итого:		16,00	3,94	4,45	17,50	127

Комплекс № 1

Пельмени "Для умников и умниц" отварные с соусом Переменка	160/15		19,00	21,0	34,1	401
Напиток из урюка	200		0,80	0,06	18,50	79
Хлеб ржано - пшеничный	20		1,25	0,25	11,3	55
Итого:		55,00	21,05	21,31	63,85	535

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

