

# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

2 мая 2023 года

2 день

Наименование блюд

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
Овощи натуральные свежие (помидоры)	70		0,77	0,1	2,7	17
Яйцо под соусом Переменка с з/горошком	48/10/10		6,7	11,3	1,4	134
Салат "Столичный" с соусом Переменка	80		5,3	12,9	5,4	159

1-ые БЛЮДА

Борщ со свеж.капустой,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
Шашлычок из куриных грудок (с переменной,на шампуре)	90		17,1	17,2	1,20	226
Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
Рыба (филе) запеченая с сыром,соусом Переменка	80/5/10		19,5	13,0	0,4	197
	сред.		15,34	14,58	3,42	206
Пельмени "Для Умников и умниц"отварные с соусом Переменка	180/20		20,2	21,7	36,1	422
Жаркое из птицы (грудки куриные)	50/150		16,1	16	21,5	295
	сред.		16,10	16,00	21,50	295

ГАРНИРЫ

Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,46	175
Спагетти отварные (масло сливоч.)	180		6,72	6,1	43,1	254
Капуста тушёная	180		4,32	7,4	18,24	160
	сред.		4,99	6,37	29,27	196

НАПИТКИ

Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
Напиток из замороженной чёрной смородины	200		0,14	0,0	11,15	46
	сред.		0,10	0,01	9,64	40,00

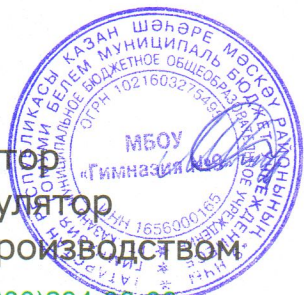
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	30/30		3,32	0,6	25,308	122
---	-------	--	------	-----	--------	-----

Итого- 79,00

Наименование блюд	Выход	стоимост	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<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
Итого:		8,80	5,25	5,22	41,23	235

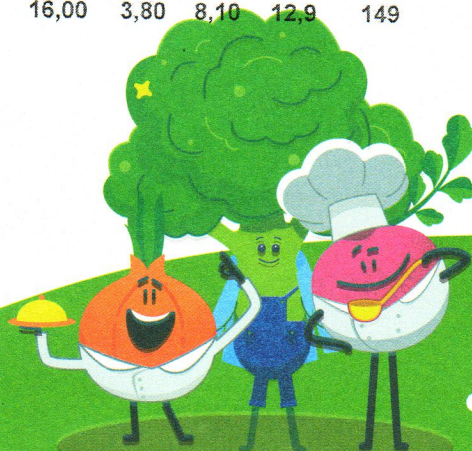
Борщ с капустой,картофелем,с мясными фрикадельками со сметаной	250/11/15		3,8	8,1	12,9	149
	Итого:	16,00	3,80	8,10	12,9	149

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством



☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

2 мая 2023 года

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>ВТОРНИК</b>						
<b>КОМПЛЕКС № 1</b>						
Бутерброд с сыром, маслом (батон)	30/15/10		6,27	12,11	15,5	197
Каша вязкая молочная из кукурузной крупы с маслом	150/5		5,84	5,26	38,48	232
Чай с сахаром, лимоном	180/7/5		0,06	0,01	7,34	31
<b>Итого:</b>		<b>35,00</b>	<b>12,17</b>	<b>17,38</b>	<b>61,32</b>	<b>460</b>
<b>Горячее бесплатное питание младшие</b>						
Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
Грудка куриная (филе) по - французски	170		16,06	17,20	35,96	363
Овощи натуральные солёные( огурцы)- доп.гарнир	20		0,22	0,04	0,76	5
Чай с сахаром, лимоном	180/7/5		0,06	0,01	7,34	31
Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
<b>Итого:</b>	<b>502</b>	<b>62,10</b>	<b>19,26</b>	<b>18,01</b>	<b>72,70</b>	<b>537</b>
<b>Горячее бесплатное питание младшие</b>						
Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Масло сливочное (порциями)	10		0,08	7,25	0,08	66
Макаронные изделия отварные с сыром, маслом	150/5		12,03	6,03	22,8	193
Напиток из шиповника	180		0,01		9,16	37
Печенье сдобное "Американер с кунжутом"	2 шт/30		2,73	3,32	14,32	101
Батон	25		1,87	0,72	12,85	66
<b>Итого:</b>	<b>520</b>	<b>62,10</b>	<b>17,20</b>	<b>17,80</b>	<b>70,97</b>	<b>519</b>
<b>Комплекс № 1</b>						
Шашлычок из куриных грудок (с Переменкой, на шампуре)	80		13,8	14,0	1,00	184
Каша гречневая вязкая	150		3,5	4,6	22	144
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>55,00</b>	<b>19,30</b>	<b>18,88</b>	<b>62,60</b>	<b>500</b>
<b>Комплекс № 2</b>						
Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Борщ со свежей капустой, картофелем, фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/5		3,8	7,5	12,6	134
Маффин Шоколадный	50		3,78	14,4	22,32	234
Компот из замороженной вишни	200		0,12	0,0	11,57	48
Хлеб ржано - пшеничный	25		1,25	0,25	11,3	55
<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>9,35</b>	<b>22,57</b>	<b>67,5</b>	<b>518</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

3 мая 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	100		0,4	0,4	9,8	47
Овощи натуральные свежие (огурцы)	60		0,42	0,1	1,14	7
Салат "Успех" (огурцы свежие, яйцо, сыр, м/раст.)	80		3,6	8,4	1,20	95
Салат "Прага" (грудки курицы, морковь отвар., огурцы солён., м/раст.)	80		5,2	9,5	1,50	113
Икра кабачковая	60		1,14	5,3	4,6	71
	<b>сред.</b>		<b>2,15</b>	<b>4,73</b>	<b>3,65</b>	<b>67</b>

**1-ые БЛЮДА**

Суп картофельный с вермишелью, с мясными фрикадельк.	250/11		4,7	4,7	21	145
--	--------	--	-----	-----	----	-----

**ВТОРЫЕ БЛЮДА**

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 запеченная (филе)	75		17,4	5,0	3,32	128
Нагетсы куриные	4шт/64		13	15,8	2,256	200
	<b>сред.</b>		<b>15,24</b>	<b>12,45</b>	<b>4,42</b>	<b>190</b>
Сырники "Классические" со сгущённым молоком	3шт/105/10		26,3	28,9	44,1	366
Плов с говядиной	50/150		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>

**ГАРНИРЫ**

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	120		4,68	4,32	10,56	96
	<b>сред.</b>		<b>13,48</b>	<b>20,72</b>	<b>92,7</b>	<b>607,00</b>

**НАПИТКИ**

Чай чёрный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Кисель из концентрата	200				13,1	53
	<b>сред.</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>10,55</b>	<b>43</b>

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91
<b>Итого-</b>		<b>79,00</b>				

Наименование блюд	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Угл-дь	Ккал
<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>

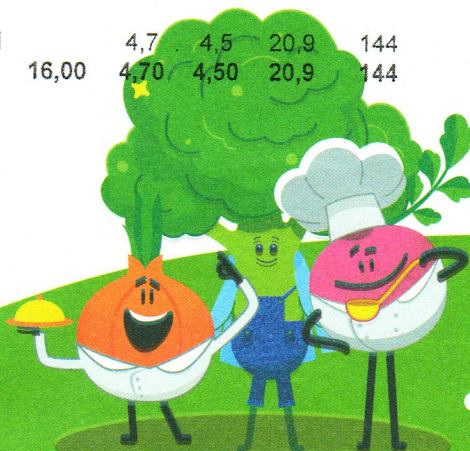
Суп картофельный с вермишелью, мясными фрикадельками	250/11		4,7	4,5	20,9	144
<b>Итого:</b>		<b>16,00</b>	<b>4,70</b>	<b>4,50</b>	<b>20,9</b>	<b>144</b>



Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

3 мая 2023 года

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>СРЕДА</b>						
<b>КОМПЛЕКС № 1</b>						
Масло сливочное (порциями)	10		0,08	7,25	0,08	66
Макаронные изделия отварные с сыром	150		8,99	8,21	32,12	239
Чай с сахаром	180/7		0,01		7,19	29
Печенье весовое	2 шт/30		2,07	4,14	22,2	134
Батон	40		3,00	1,16	20,56	105
<b>Итого:</b>		<b>35,00</b>	<b>14,15</b>	<b>20,76</b>	<b>82,18</b>	<b>573</b>

## Горячее бесплатное питание младшие

Ассорти овощное (помидоры, огурцы свежие с маслом)	30/30/5		0,54	5,08	1,71	55
Гуляш из говядины	35/35		10,64	8,37	3,99	134
Рис отварной	150		3,83	5,43	40,01	224
Чай с сахаром	180/7		0,02		7,19	29
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>502</b>	<b>62,10</b>	<b>16,92</b>	<b>19,15</b>	<b>67,03</b>	<b>510</b>

## Горячее бесплатное питание младшие

Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Сырники "Классические" со сгущенным молоком	2 шт/70/15		8,76	10,22	17,1	194
Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5		5,91	5,56	25,05	181
Кисель из концентрата	180				11,79	47
Батон	35		2,62	1,01	17,99	92
<b>Итого:</b>	<b>575</b>	<b>62,10</b>	<b>17,77</b>	<b>17,27</b>	<b>83,69</b>	<b>570</b>

## Комплекс № 1

Запеканка картофельная с мясом, маслом	200/5		14,5	21,9	27,7	364
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,07	0,01	8,1	34
Хлеб ржано - пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>15,32</b>	<b>22,06</b>	<b>42,55</b>	<b>431</b>

## Комплекс № 2

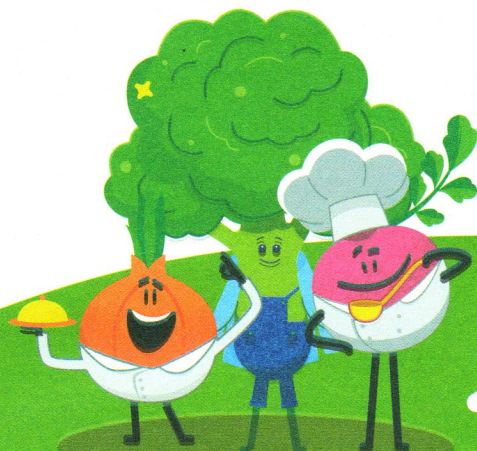
Суп картофельный с вермишелью,фрикадельк.из птицы	250/22		7,63	7,1	21,49	181
Элеш (филе куриное)	100		6,0	4,90	40,0	229
Сок в ассортименте разливной 1л	200		1,35	0,27	12,15	59
Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9,0	44
<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>15,98</b>	<b>12,45</b>	<b>82,6</b>	<b>513</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством



☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

4 мая 2023 года

4 день

Наименование блюда	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
Ассорти овощное (огурцы, помидоры свежие с маслом раст.)	30/30/5		0,54	5,1	1,7	55
Салат "Итальянские каникулы" (фасоль, помидоры св. огурцы сол.)	70		1,8	5,9	4,9	80
Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с маслом раст.	70		5,15	10,5	7,8	147
Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
	<b>сред.</b>		<b>2,06</b>	<b>6,72</b>	<b>7,94</b>	<b>101</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
Щи из свеж. капусты с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	250/11/5		3,33	6,4	7,4	120
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
Рыба запечённая с овощами	80/25		14,2	6,0	2,6	121
Котлеты Аппетитные	90		13,8	14,7	8	216
Гуляш из куриных грудок	60/60		17,5	18,3	3,9	251
Голень куриная запечённая в сливочном маринаде	90		22,7	33,0	1,8	391
	<b>сред.</b>		<b>17,05</b>	<b>18,00</b>	<b>4,08</b>	<b>245</b>
Гречка с фаршем и овощами	250		22,6	18,88	60	500
Буритос с курицей и сыром	170		20,4	33,3	27,956	496
	<b>сред.</b>		<b>21,51</b>	<b>26,11</b>	<b>43,98</b>	<b>498</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
Каша гречневая рассыпчатая	180		7,95	6,5	50,2	291
Макаронные изделия отварные (с м/сливоч.)	180		6,77	5,4	43,13	248
Картофель тушёный	180		3,9	12,7	29,4	249
	<b>сред.</b>		<b>6,21</b>	<b>8,19</b>	<b>40,91</b>	<b>263</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	30/30		3,32	0,6	25,308	122
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>				

Наименование блюда	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<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	20		1	0,2	9	44
<b>Итого:</b>		<b>8,80</b>	<b>5,06</b>	<b>6,01</b>	<b>37,15</b>	<b>227</b>

Щи из свеж. капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/15		3,8	8,2	9,5	136
<b>Итого:</b>		<b>16,00</b>	<b>3,80</b>	<b>8,20</b>	<b>10</b>	<b>136</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством



☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

4 мая 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 полбяной крупы с маслом	150/5		5,91	5,56	25,05	181
Чай с сахаром, лимоном	180/7/5		0,06	0,01	7,34	31
Батон	35		2,62	1,01	17,99	92
<b>Итого:</b>		<b>35,00</b>	<b>12,61</b>	<b>17,82</b>	<b>50,46</b>	<b>423</b>

### Горячее бесплатное питание младшие

Плоды свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
Индейка (филе) в томатном соусе	45/45		9,84	12,21	1,89	157
Каша гречневая рассыпчатая	150		6,62	5,39	41,87	242
Овощи натуральные солёные( огурцы)- доп.гарнир	20		0,22	0,04	0,76	5
Компот из плодов сушеных (урюк)	180		0,72	0,06	16,61	71
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>550</b>	<b>62,10</b>	<b>19,69</b>	<b>18,37</b>	<b>85,06</b>	<b>590</b>

### Горячее бесплатное питание младшие

Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Запеканка рисовая из творога	140		12,89	15,1	42,37	320
Чай с сахаром, лимоном	180/7/5		0,06	0,01	7,34	31
Вафли весовые	1 шт/20		1,63	1,12	10,5	59
Батон	30		2,25	0,87	15,42	79
<b>Итого:</b>	<b>502</b>	<b>62,10</b>	<b>17,31</b>	<b>17,58</b>	<b>87,39</b>	<b>545</b>

### Комплекс № 1

Цыплята запечённые	100		26,7	24,6	1	332
Рис отварной с маслом	180/5		4,6	8,7	48	290
Компот из замороженной вишни	200		0,14	0,0	11,2	46
Хлеб ржано - пшеничный	30		1,5	0,3	13,5	66
<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>32,94</b>	<b>33,62</b>	<b>73,70</b>	<b>734</b>

### Комплекс № 2

Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	250/10		2,1	6,7	9,36	107
Кекс Волжский	50		3,2	10,4	29,8	221
Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
Хлеб пшеничный (белый)	40		3,04	0,32	19,68	94
<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>8,75</b>	<b>17,82</b>	<b>79</b>	<b>510</b>



Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

5 мая 2023 года

5 день

Наименование блюд

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	47
Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
Овощи натуральные свежие (помидоры)	70		0,77	0,1	2,7	17
Салат с фасолью (фасоль консерв., морковь отв., огурцы солён., м/раст.)	70		2,2	5,9	6	86
Салат "Столичный" с соусом Переменка	80		5,3	12,9	5,4	159
	<b>сред.</b>		<b>2,97</b>	<b>4,85</b>	<b>7,86</b>	<b>88,00</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	80/5/10		19,5	13,0	0,4	197
Шашлычок из куриных грудок (с переменной, на шампуре)	90		17,1	17,2	1,20	226
Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
	<b>сред.</b>		<b>15,34</b>	<b>14,58</b>	<b>3,42</b>	<b>206</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	180		3,94	5,6	26,44	175
	<b>сред.</b>		<b>4,27</b>	<b>6,05</b>	<b>37,22</b>	<b>222</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Компот из свежих яблок	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	30/25		3,4	0,5	25,8	125
	<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>				

Наименование блюд	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<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>

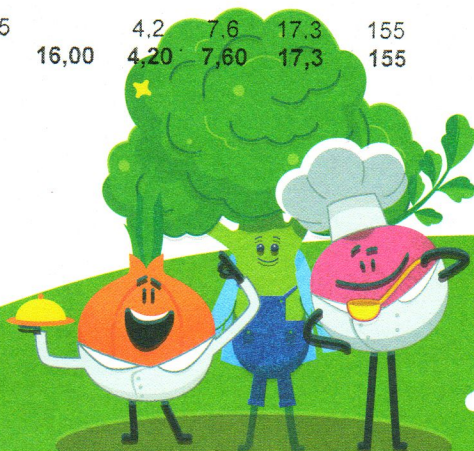
Рассольник Ленинградский с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/5		4,2	7,6	17,3	155
<b>Итого:</b>		<b>16,00</b>	<b>4,20</b>	<b>7,60</b>	<b>17,3</b>	<b>155</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством



☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

5 мая 2023 года

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>ПЯТНИЦА</b>						
<b>КОМПЛЕКС № 1</b>						
Бутерброд с маслом (батон)	30/10		2,33	8,12	15,5	145
Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом	150/5		4,6	5,08	32,55	201
Чай с молоком	180/7		1,36	0,68	9,35	53
Вафли весовые	1 шт/20		0,78	6,12	12,5	108
<b>Итого:</b>		<b>35,00</b>	<b>9,07</b>	<b>20,00</b>	<b>69,90</b>	<b>507</b>

## Горячее бесплатное питание младшие

Блинчики со сгущенным молоком	45/10		3,19	2,52	19,5	114
Биточки рыбные из фарша минтая с з/горошком отварным	65/25		8,08	9,15	7,29	152
Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5		3,32	8,28	22,06	179
Чай с сахаром	180/7		0,02		7,19	29
Хлеб ржано - пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
<b>Итого:</b>	<b>522</b>	<b>62,10</b>	<b>16,88</b>	<b>20,26</b>	<b>72,63</b>	<b>554</b>

## Горячее бесплатное питание младшие

Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Каша вязкая молочная из гречневой крупы с маслом	150/5		5,85	8,61	25,28	204
Блинчики со сгущенным молоком	2 шт/90/15		6,75	7,97	14,7	157
Кофейный напиток с молоком	180		2,97	1,35	18,96	108
Батон	25		1,87	0,72	12,85	66
<b>Итого:</b>	<b>585</b>	<b>62,10</b>	<b>17,92</b>	<b>19,13</b>	<b>83,55</b>	<b>591</b>

## Комплекс № 1

Нагетсы куриные	5шт/80		16,3	19,7	2,82	250
Спагетти отварные (с м/слив.)	180		6,80	5,40	43,10	248
Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
Хлеб пшеничный (белый)	35		1,5	0,3	13,5	66
<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>24,61</b>	<b>25,40</b>	<b>69,62</b>	<b>605</b>

## Комплекс № 2

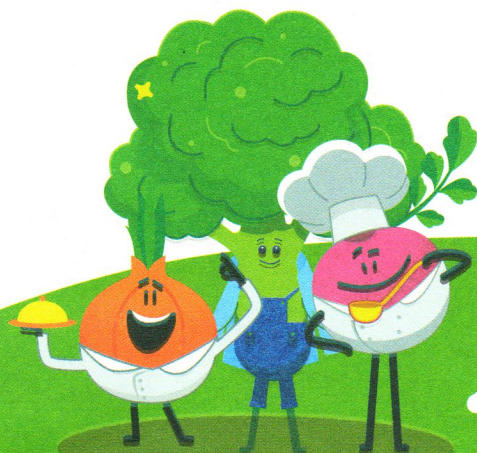
Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10		2,54	6,9	17,28	142
Пирожное песочное нарезное	50		3,4	13,9	33,5	253
Напиток из замороженной чёрной смородины	200		0,1	0,04	10,71	44
Хлеб пшеничный (белый)	40		3,04	0,32	19,68	94
<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>9,48</b>	<b>21,54</b>	<b>91,0</b>	<b>580</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством



☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru





# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

6 мая 2023 года

6 день

СУББОТА

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

Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
Сосиски отварные	2шт/100	10,4	20,1	0,8	226
Спагетти отварные (с м/сливоч.)	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>79,00</b>	<b>20,42</b>	<b>26,43</b>	<b>79,39</b>	<b>646</b>

Наименование блюд	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Угл-дь	Ккал
<b>КОМПЛЕКС 1</b>						
Каша гречневая вязкая	150		3,5036	4,6393	22,03	144
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>4,27</b>	<b>4,80</b>	<b>36,8</b>	<b>209</b>

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>

### Комплекс № 1

Пельмени "Для умников и умниц" отварные с соусом Перемянка	170/20	20,20	24,5	36,4	447	
Сок в ассортименте разливной 1л	200	1,35	0,27	12,15	59	
Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33	
<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>22,30</b>	<b>24,92</b>	<b>55,30</b>	<b>539</b>

### Комплекс № 2

Суп картофельный с рисом	250	3,92	4,5	17,5	105	
Кекс Декорированный	50	4,46	11,53	35	256	
Сок в ассортименте разливной 1л	200	1,35	0,27	12,15	59	
Хлеб ржано - пшеничный	40	2	0,4	18,0	88	
<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>11,73</b>	<b>16,65</b>	<b>82,3</b>	<b>508</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

