

# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

2 октября 2023 года

1 день

Наименование блюд

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
Фрукты свежие	120		0,48	0,48	11,8	56
Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
<b>Салат-бар</b>	100		2	6,2	8,1	97
помидоры свежие	40					
огурцы свежие	40					
фасоль консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
<b>сред.</b>		<b>1,63</b>	<b>6,13</b>	<b>11,80</b>	<b>110</b>	
<b>1-ЫЕ БЛЮДА</b>						
Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,8	117
Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90		12,4	13,5	7,8	199
Рыба (филе) по-Московски	85/20		21,4	14,9	1,9	227
Шашлык из куриных грудок (с переменной, на шампуре)	90		17,1	17,2	1,20	226
<b>сред.</b>		<b>16,97</b>	<b>15,20</b>	<b>3,63</b>	<b>217</b>	
Буритос с курицей и сыром	170		20,4	33,3	27,956	496
Блинчики п/ф со сгущенным молоком	4шт/180/15		11	8	64,1	373
<b>сред.</b>		<b>15,70</b>	<b>20,67</b>	<b>46,03</b>	<b>434</b>	
<b>ГАРНИРЫ</b>						
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
<b>сред.</b>		<b>4,87</b>	<b>4,76</b>	<b>26,14</b>	<b>167</b>	
<b>НАПИТКИ</b>						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Напиток из замороженной черной смородины	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	20/20		2,52	0,4	18,84	91
<b>Итого-</b>		<b>79,00</b>	<b>26,05</b>	<b>26,45</b>	<b>69,99</b>	<b>625</b>

Наименование блюд	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Углев.	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
<b>Итого:</b>		<b>8,80</b>	<b>6,41</b>	<b>5,23</b>	<b>50,8</b>	<b>280</b>

Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/11		3,84	4,0	15,94	116
<b>Итого:</b>		<b>16,00</b>	<b>3,84</b>	<b>3,95</b>	<b>15,94</b>	<b>116</b>

Комплекс № 1

Шашлык из куриных грудок (с Переменной, на шампуре)	70		13,3	13,4	0,90	176
Рис отварной	100		2,6	3,6	26,7	150
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>55,00</b>	<b>16,67</b>	<b>17,15</b>	<b>42,3</b>	<b>391</b>

Комплекс № 2

Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,8	117
Сосиски в тесте	100		10,76	15,6	31,66	312
Чай с сахаром	200/8		0,02	0	7,9	32
Хлеб ржано - пшеничный	30		1,5	0,3	13,5	66
<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>15,20</b>	<b>19,26</b>	<b>82,7</b>	<b>574</b>



Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

2 октября 2023 года

## Наименование продуктов

### ПОНЕДЕЛЬНИК КОМПЛЕКС № 1

Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Сыр порциями	15	3,94	3,99		53
Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5	5,91	5,56	25,05	177
Напиток из шиповника	180	0,01		9,16	37
Вафли весовые	1 шт/20	0,78	6,12	12,5	108
Батон	26	1,95	0,75	13,36	68
<b>Итого:</b>	<b>35,00</b>	<b>12,59</b>	<b>16,42</b>	<b>60,07</b>	<b>443</b>

### Горячее бесплатное питание младшие

Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56	
Сыр порциями	20	5,26	5,32		70	
Сосиски отварные	50	5,20	7,21	6,40	112	
Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5	5,91	5,56	25,05	177	
Напиток из шиповника	180	0,01		9,16	37	
Батон	30	2,25	0,87	17,42	79	
<b>Итого:</b>	<b>555</b>	<b>66,80</b>	<b>19,11</b>	<b>19,44</b>	<b>69,79</b>	<b>531</b>

### Салат - бар

Помидоры свежие порциями	60	1,62	6,1	12,9	113	
Огурцы свежие порциями	20					
Огурцы свежие порциями	20					
Фасоль консервированная	10					
Сухарики из пшеничного хлеба	5					
Масло растительное	5					
Суп картофельный	200	7,5	7,4	36,4	242	
Котлеты "Столичные"	90	8,1	4,05	3,4	83	
Макаронные изделия отварные	140	5,39	6,65	29,98	201	
Чай с сахаром	200/8	0,02		7,99	32	
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	15/15	1,89	0,27	14,13	68	
<b>Итого:</b>	<b>730</b>	<b>66,80</b>	<b>24,52</b>	<b>24,47</b>	<b>104,80</b>	<b>739</b>

### Салат - бар

Помидоры свежие порциями	60	1,62	6,1	12,9	113	
Огурцы свежие порциями	20					
Огурцы свежие порциями	20					
Фасоль консервированная	10					
Сухарики из пшеничного хлеба	5					
Масло растительное	5					
Котлеты "Столичные"	90	8,1	4,05	3,4	83	
Макаронны отварные с сыром	140	5,39	6,65	29,98	201	
Напитки на выбор:						
Чай с сахаром	200/8	0,02		7,99	32	
Напиток из замороженной чёрной смородины	200	0,10	0,04	10,70	44	
		0,06	0,02	9,35	38	
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10	1,25	1,08	9,42	46	
<b>Итого:</b>	<b>510</b>	<b>66,80</b>	<b>16,42</b>	<b>17,90</b>	<b>65,05</b>	<b>481</b>



Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn

# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

3 октября 2023 года

## Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

### ВТОРНИК

#### КОМПЛЕКС № 1

Десерт фруктовый (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Макаронные изделия отварные с сыром	150		7,9	7,01	38,2	254
Напиток из вишни	180		0,11	0,03	10,41	43
Батон	25		1,87	0,72	12,85	66
<b>Итого:</b>		<b>35,00</b>	<b>10,28</b>	<b>8,16</b>	<b>71,26</b>	<b>410</b>

### Горячее бесплатное питание младшие

Десерт фруктовый (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Масло сливочное (порциями)	10		0,08	7,25	0,08	66
Макаронные изделия отварные с сыром	150		7,9	7,01	38,2	254
Напиток из вишни	180		0,11	0,03	10,41	43
Творог Детский (ДМК)	1/50		4,00	5,00	1,95	69
Батон	30		2,25	0,87	17,42	79
<b>Итого:</b>	<b>520</b>	<b>66,80</b>	<b>14,74</b>	<b>20,56</b>	<b>77,86</b>	<b>558</b>

Десерт фруктовый (яблоки)	50		0,4	0,4	9,8	47
<b>Салат - бар</b>	60		5,43	6,65	6,78	108
Огурцы свежие порциями	20					
Капуста белокочанная	20					
Кукуруза консервированная	10					
Сухарики из пшеничного хлеба	5					
Масло растительное	5					
Щи из свежей капусты, картофелем	200		6,1	8,35	35,2	240
Жаркое из птицы (грудки куриные)	40/120		12,98	10,63	28,5	262
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	15/15		1,89	0,27	14,13	68
<b>Итого:</b>	<b>710</b>	<b>66,80</b>	<b>26,82</b>	<b>26,30</b>	<b>102,40</b>	<b>757</b>

Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
<b>Салат - бар</b>	60		5,43	6,65	6,78	108
Огурцы свежие порциями	20					
Капуста белокочанная	20					
Кукуруза консервированная	10					
Сухарики из пшеничного хлеба	5					
Масло растительное	5					
Жаркое из птицы (грудки куриные)	40/120		12,98	10,63	28,5	262
<b>Напитки на выбор:</b>						
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06		8,14	34
Напиток из вишни	200		0,12	0,90	30,80	131
			0,09	0,45	19,47	83
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10		1,25	1,08	9,42	46
<b>Итого:</b>	<b>540</b>	<b>66,80</b>	<b>20,15</b>	<b>19,21</b>	<b>73,97</b>	<b>546</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-53-88

@depta.kzn



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

4 октября 2023 года

## Наименование продуктов СРЕДА

### КОМПЛЕКС № 1

Масло сливочное (порциями)  
Блинчики со сгущённым молоком  
Чай с сахаром, лимоном  
Батон

Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
10		0,08	7,25	0,08	66
2 шт/90/10		5,67	7,19	10,45	139
180/7/5		0,06	0,01	7,34	31
36		2,7	1,04	18,5	94
<b>Итого:</b>	<b>35,00</b>	<b>8,51</b>	<b>15,49</b>	<b>36,37</b>	<b>330</b>

## Горячее бесплатное питание младшие

Плоды свежие (яблоки)  
Запеканка рисовая с творогом  
Чай с сахаром, лимоном  
Печенье сдобное Вкусное  
Батон

120		0,48	0,48	11,76	56
140		12,89	15,21	35,6	261
180/7/5		0,06	0,01	7,34	31
2 шт/30		2,1	2,1	5,1	47
25		1,87	0,72	12,85	66
<b>Итого:</b>	<b>610</b>	<b>66,80</b>	<b>17,40</b>	<b>18,52</b>	<b>461</b>

## Салат - бар

Свекла отварная  
Морковь свежая порциями  
Зеленый горошек консервированный  
Сухарики из пшеничного хлеба  
Масло растительное  
Суп картофельный с горохом  
Сосиски отварные  
Каша гречневая вязкая с маслом  
Чай с сахаром  
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)

60		2,53	6,1	15,07	125
20					
20					
10					
5					
5					
200		5,8	4,39	30,5	185
2 шт/100		8,60	4,80	11,75	125
140/5		3,31	7,95	20,59	167
200/8		0,02		7,99	32
15/15		1,89	0,27	14,13	68
<b>Итого:</b>	<b>740</b>	<b>66,80</b>	<b>22,15</b>	<b>23,51</b>	<b>100,03</b>

## Салат - бар

Свекла отварная  
Морковь свежая порциями  
Зеленый горошек консервированный  
Сухарики из пшеничного хлеба  
Масло растительное  
Сосиски отварные  
Каша гречневая вязкая с маслом  
Напитки на выбор:  
Чай с сахаром  
Напиток яблочный  
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)

60		2,53	6,1	15,07	125
20					
20					
10					
5					
5					
2 шт/100		8,60	4,80	11,75	125
140/5		3,31	7,95	20,59	167
200/8		0,02		7,99	32
200		0,10	0,10	12,40	52
		0,06	0,01	10,20	42
10/10		1,25	1,08	9,42	46
<b>Итого:</b>	<b>525</b>	<b>66,80</b>	<b>15,75</b>	<b>19,94</b>	<b>67,03</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

4 октября 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	120		0,48	0,48	11,8	56
<b>Салат-бар</b>	100		2,1	6,2	11,7	112
морковь свежая	40					
свекла отварная	40					
горошек зелёный консервированный	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
	<b>сред.</b>		<b>1,29</b>	<b>3,34</b>	<b>11,75</b>	<b>84</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
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
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
Котлеты Аппетитные мясо-куриные	90		13,8	14,7	8	216
Гуляш из филе куриных грудок	60/40		17,3	17,3	2,60	236
Рыба запеченая (филе)	90		20,8	11,9	3,9	205
Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
	<b>сред.</b>		<b>15,58</b>	<b>16,00</b>	<b>3,83</b>	<b>221</b>
Лазанья с мясом	200		21,7	28,0	36,8	493
Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом Переменка	180/20		20,2	21,7	36,1	422
	<b>сред.</b>		<b>20,95</b>	<b>24,85</b>	<b>36,45</b>	<b>458</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Картофель запеченный (с паприкой)	180		4,2	9,9	34,1	242
Макаронные изделия отварные (м/сл.)	180		6,8	5,4	43,1	248
Овощная смесь (Европейская) отварная	120		4,68	4,32	10,56	96
	<b>сред.</b>		<b>4,97</b>	<b>6,30</b>	<b>28,54</b>	<b>189,8</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
Напиток яблочный	200				13,1	53
	<b>сред.</b>		<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>10,62</b>	<b>44</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91
<b>Итого-</b>		<b>79,00</b>	<b>24,38</b>	<b>26,00</b>	<b>73,57</b>	<b>629</b>

Наименование блюд	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
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>35,30</b>	<b>199</b>

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

**Комплекс № 1**

Котлеты "Школьные"	90		11,46	9,9	9,6	172
Картофель запеченный (с паприкой)	140		3,267	7,7	26,51	189
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>55,00</b>	<b>15,50</b>	<b>17,70</b>	<b>50,76</b>	<b>426</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

5 октября 2023 года

## Наименование продуктов

### ЧЕТВЕРГ

#### КОМПЛЕКС № 1

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
Каша вязкая молочная из гречневой крупы с маслом	150/5		5,85	5,61	17,2	145
Кофейный напиток с молоком	180		2,97	1,35	18,96	108
Батон	32		2,4	0,92	16,44	84
<b>Итого:</b>		<b>35,00</b>	<b>15,16</b>	<b>11,87</b>	<b>52,60</b>	<b>390</b>

## Горячее бесплатное питание младшие

Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
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	180		2,97	1,35	18,96	108
Вафли весовые	1 шт/20		1,63	1,12	10,5	59
Батон	35		2,62	1,01	17,99	92
<b>Итого:</b>	<b>507</b>	<b>66,80</b>	<b>19,22</b>	<b>16,76</b>	<b>86,86</b>	<b>599</b>

Десерт фруктовый (яблоки)	50		0,4	0,4	9,8	47
Салат - бар	60		1,95	6,18	12,3	112
Помидоры свежие порциями	20					
Морковь свежая порциями	20					
Кукуруза консервированная	10					
Сухарики из пшеничного хлеба	5					
Масло растительное	5					
Рассольник Ленинградский	200		7,8	9,2	30,8	241
Плов с говядиной	40/120		12,20	10,60	23,09	237
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,99	32
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	15/15		1,89	0,27	14,13	68
<b>Итого:</b>	<b>710</b>	<b>66,80</b>	<b>24,26</b>	<b>26,65</b>	<b>98,11</b>	<b>737</b>

Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Салат - бар	60		1,95	6,18	12,3	112
Помидоры свежие порциями	20					
Морковь свежая порциями	20					
Кукуруза консервированная	10					
Сухарики из пшеничного хлеба	5					
Масло растительное	5					
Плов с говядиной	40/120		12,20	10,60	23,09	237
Напитки на выбор:						
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06		8,14	34
Напиток из замороженной чёрной смородины	200		0,10	0,04	10,70	44
			0,08	0,02	9,42	39
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	10/10		1,25	1,08	9,42	46
<b>Итого:</b>	<b>540</b>	<b>66,80</b>	<b>15,88</b>	<b>18,28</b>	<b>64,03</b>	<b>481</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

5 октября 2023 года

4 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
Фрукты свежие	120		0,48	0,48	11,8	56
Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
<b>Салат-бар</b>	100		1,9	6,2	9,7	105
помидоры свежие	40					
морковь свежая	40					
кукуруза консервированная	10					
сухарики из пшеничного хлеба	5					
масло растительное	5					
<b>сред.</b>			<b>1,59</b>	<b>6,13</b>	<b>12,33</b>	<b>113</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
Бульон куриный с птицей, гречками, зеленью (сушен.)	200/25/10/1		5,8	5,6	6,86	102
Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10		2,56	6,9	17,26	142
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
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 переменной, на шампуре)	90		17,1	17,2	1,20	226
<b>сред.</b>			<b>16,13</b>	<b>13,40</b>	<b>4,20</b>	<b>200</b>
Плов с говядиной	40/120		11,1	13,3	34,5	305
Буритос с курицей и сыром	170		20,4	33,3	27,956	496
<b>сред.</b>			<b>15,75</b>	<b>23,32</b>	<b>31,23</b>	<b>400</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
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
<b>сред.</b>			<b>4,89</b>	<b>7,27</b>	<b>37,10</b>	<b>234</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Напиток из замороженной черной смородины	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	20/20		2,52	0,4	18,84	91
<b>Итого-</b>		<b>79,00</b>	<b>25,21</b>	<b>27,16</b>	<b>82,05</b>	<b>677</b>

Наименование блюд	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Каша полбяная вязкая	140		3,40	4,30	18,1	125
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>4,17</b>	<b>4,46</b>	<b>32,8</b>	<b>190</b>

Рассольник Ленинградский с куриными грудками, со сметаной	200/10/10		3,91	7,4	14	139
<b>Итого:</b>		<b>16,00</b>	<b>3,91</b>	<b>7,35</b>	<b>14,00</b>	<b>139</b>

Комплекс № 1

Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,2	0,8	226
Рагу овощное	120		2,28	6,12	13,44	119
Компот из плодов сушеных (урюк)	200		0,80	0,06	18,50	79
Хлеб ржано - пшеничный	25		1,25	0,25	11,3	55
<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>14,73</b>	<b>26,63</b>	<b>43,99</b>	<b>479</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn





# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

6 октября 2023 года

5 день

Наименование блюд

	выход	стоимост	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
Фрукты свежие	120		0,48	0,48	11,8	56
<b>Салат-бар</b>	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
	<b>сред.</b>		<b>3,00</b>	<b>6,23</b>	<b>12,30</b>	<b>119</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
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
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
Рыба (филе) по-Итальянски с сыром	90/10		17,6	10,9	3,6	183
Котлеты Столичные	90		12,4	13,5	7,8	199
Птица запеченная (цыплята)	100		26,7	24,5	1	332
Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
	<b>сред.</b>		<b>16,57</b>	<b>14,83</b>	<b>5,41</b>	<b>221</b>
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
	<b>сред.</b>		<b>19,15</b>	<b>10,15</b>	<b>32,05</b>	<b>299</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
Каша гречневая рассыпчатая	180		7,95	6,5	50,25	291
Макаронные изделия отварные (м/сл.)	180		6,8	5,4	43,1	248
Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,44	175
	<b>сред.</b>		<b>6,23</b>	<b>5,82</b>	<b>39,93</b>	<b>238</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном, урюком	200/8/5/10		0,55	0,1	13,4	58
Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	<b>сред.</b>		<b>0,28</b>	<b>0,03</b>	<b>11,80</b>	<b>50</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91
<b>Итого-</b>		<b>79,00</b>	<b>28,59</b>	<b>27,27</b>	<b>88,28</b>	<b>718</b>

Наименование блюд	Выход	стоимост	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Каша пшеничная вязкая	140		3,95	4,68	22,62	148
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>4,72</b>	<b>4,84</b>	<b>37,36</b>	<b>213</b>

Борщ со свежей капустой, с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	250/11/10		3,86	8,3	12,76	141
<b>Итого:</b>		<b>16,00</b>	<b>3,86</b>	<b>8,25</b>	<b>12,76</b>	<b>141</b>

Комплекс № 1

Цыплята запечённые	90		24,03	22,1	0,9	299
Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Кисель из концентрата	200				13,1	53
Хлеб ржано - пшеничный	30		1,5	0,3	13,5	66
<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>29,73</b>	<b>27,92</b>	<b>53,91</b>	<b>591</b>



Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

7 октября 2023 года

## Наименование продуктов СУББОТА

### КОМПЛЕКС № 1

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
Каша вязкая молочная из пшённой крупы с маслом	150/5		5,6	5,98	18,66	151
Чай с сахаром, лимоном	180/7/5		0,06	0,01	7,34	31
Печенье весовое	4 шт/60		4,14	8,28	44,5	268
Батон	30		2,25	0,87	15,42	79
<b>Итого:</b>		<b>35,00</b>	<b>15,99</b>	<b>19,13</b>	<b>85,88</b>	<b>582</b>

## 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
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	25		1,87	0,72	12,85	66
<b>Итого:</b>	<b>597</b>	<b>66,80</b>	<b>18,40</b>	<b>18,53</b>	<b>73,31</b>	<b>541</b>

Десерт фруктовый (яблоки)	50		0,4	0,4	9,8	47
Салат - бар	60		0,45	10,06	1,42	99
Помидоры свежие порциями	25					
Огурцы свежие порциями	25					
Масло растительное	10					
Суп картофельный с рисом	200		3,69	5,3	27,8	173
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
<b>Итого:</b>	<b>703</b>	<b>66,80</b>	<b>23,32</b>	<b>26,12</b>	<b>110,00</b>	<b>764</b>

Салат - бар	60		0,45	10,06	1,42	99
Помидоры свежие порциями	25					
Огурцы свежие порциями	25					
Масло растительное	10					
Пельмени "Для умников и умниц" отварные переменка	180/10		16,2	10	44	320
Напитки на выбор:						
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06		8,14	34
Напиток из вишни	200		0,12	0,90	30,80	131
			0,06	0,01	19,47	83
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
<b>Итого:</b>	<b>503</b>	<b>66,80</b>	<b>19,23</b>	<b>20,43</b>	<b>83,73</b>	<b>593</b>



Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn

# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

7 октября 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	170/20	20,2	21,7	36,2	422
Сок в ассортименте разливной 1л	200	1,35	0,27	12,15	59
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,25	0,3	11,25	55
<b>Итого-</b>	<b>79,00</b>	<b>23,28</b>	<b>22,70</b>	<b>71,4</b>	<b>592</b>

Наименование блюда	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Макароны отварные (с мас.растит.)	140		5,23	4,73	33,51	198
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>6,04</b>	<b>4,89</b>	<b>48,4</b>	<b>266</b>

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

## Комплекс № 1

Пельмени "Для умников и умниц" отварные с соусом Переменка	160/15		19,00	21,0	34,1	401
Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
Хлеб ржано - пшеничный	20		1,25	0,25	11,3	55
<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>20,26</b>	<b>21,25</b>	<b>55,55</b>	<b>497</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством



8(800)234-33-88



@depta.kzn