

# Меню



МБОУ «Гимназия №9»

3 октября 2022 года

## Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

### ПОНЕДЕЛЬНИК ЗАВТРАК

Блинчики (п/ф) со сгущенным молоком  
Чай с сахаром, лимоном

2 шт/90/25	6,75	5,47	41,77	244
200/8/7	0,08	0,01	8,19	34

Итого: 30,00 6,83 5,48 49,96 278

### Горячее бесплатное питание младшие

Салат из свежих помидоров (с луком)  
Тефтели из говядины в соусе томатном  
Рис отварной  
Чай с сахаром  
Печенье сдобное "Шоколадное"  
Хлеб ржано - пшеничный

60	0,67	3,71	2,77	48
70/40	9,24	6,83	8,46	132
150	3,83	5,43	40,01	224
200/8	0,02		7,98	32
1 шт/15	1,21	2,62	10,25	79
30	1,5	0,3	13,5	66

Итого: 573 62,10 16,47 18,89 82,97 581

### Горячий завтрак (старшие)

Ёжики мясные с рисом в соусе томатном  
Макаронные изделия отварные (с м/слив.)  
Напиток из замороженной клюквы  
Хлеб ржано - пшеничный

60/40	9,6	10,4	9,3	169
180	6,77	5,36	43,14	248
200			10	40
20	1	0,2	9,0	44

Итого: 48,00 17,37 15,96 71,4 501

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством



8(800)234-33-88



@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

3 октября 2022 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 (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
Овощи натуральные свежие (помидоры)	75		0,83	0,2	2,85	18
Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, сахар, м/растит.)	100		1,55	5,1	9,41	91
Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками	80		5,89	12,0	8,912	168
	<b>сред.</b>		<b>2,23</b>	<b>5,88</b>	<b>9,69</b>	<b>102</b>

**1-ЫЕ БЛЮДА**

Суп гороховый с гречками, с мясными фрикадельками	250/10/11		10,5	7,0	24,31	202
---	-----------	--	------	-----	-------	-----

**ВТОРЫЕ БЛЮДА**

Тефтели из говядины в соусе томатном	70/40		10,2	10,8	8,47	173
Рыба (филе) по-Московски	70/20		18	13,8	2	204
Грудки куриные запеченные с сыром, томатом	80/5		25,3	24,14	0,411	321
Голень куриная запеченная в сливочном маринаде	90		22,7	33,0	1,8	391
	<b>сред.</b>		<b>19,06</b>	<b>20,45</b>	<b>3,17</b>	<b>272</b>
Лазанья с мясом	160		17,7	24,1	25,9	410
Буритос с курицей и сыром	180		21,6	35,3	29,6	525
Блинчики п/ф со сгущенным молоком	4шт/180/30		12,8	10,1	78	455
	<b>сред.</b>		<b>17,36</b>	<b>23,17</b>	<b>44,50</b>	<b>463</b>

**ГАРНИРЫ**

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>

**НАПИТКИ**

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	20/20		2,52	0,4	18,84	91
---	-------	--	------	-----	-------	----

**Итого- 73,00**

Наименование блюда	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>						
<b>КОМПЛЕКС 1</b>						
Спагетти отварные (с мас.растит.)	140		5,23	4,76	33,51	198
Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	10		0,5	0,1	4,5	22
<b>Итого:</b>		<b>8,30</b>	<b>5,75</b>	<b>4,87</b>	<b>46,0</b>	<b>252</b>

Суп гороховый с гречками, с фрикадельками из птицы	250/10/22		12,6	8,7	24,3	225
--	-----------	--	------	-----	------	-----

**Итого: 16,00 12,60 8,70 24,3 225**

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

4 октября 2022 года

Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

## ВТОРНИК

### ЗАВТРАК

Бутерброд с сыром, маслом (батон) 30/15/5 6,23 8,48 15,46 164

Каша вязкая молочная из манной крупы с маслом слив 150/5 5,72 5,06 31,64 202

Чай с сахаром 200/8 0,02 0,01 7,99 32

**Итого: 30,00 11,97 13,55 55,09 398**

### Горячее бесплатное питание младшие

Фрукты свежие (яблоки) 120 0,48 0,48 11,76 56

Овощи натуральные свежие (огурцы) 60 0,42 0,06 1,14 7

Рагу из птицы 40/120 12,63 15,18 36,16 332

Напиток лимонный 200 0,10 0,10 20,40 83

Хлеб ржано - пшеничный 20 1 0,2 9 44

Хлеб пшеничный 15 1,14 0,12 7,38 35

**Итого: 575 62,10 15,77 16,14 85,84 557**

### Горячий завтрак (старшие)

Цыплята запечённые 90 24,03 22,1 0,9 299

Рис отварной 180 4,6 6,5 48,01 269

Чай с сахаром 200/8 0,02 0,001 7,9 32

Хлеб ржано - пшеничный 15 0,75 0,15 6,8 33

**Итого: 48,00 29,40 28,72 63,56 633**

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством



8(800)234-33-88



@depta.kzn

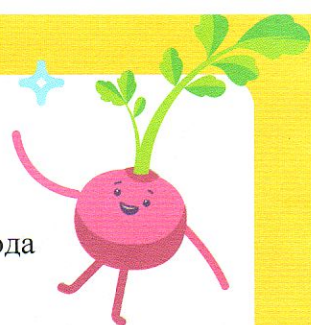
АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



МБОУ «Гимназия №9»

# Меню

4 октября 2022 года



2 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
Салат из свежих помидоров (с луком)	100		1,05	6,18	3,61	77
Салат "Мечта" (капуста белокоч., кукуруза, з/горошек, масло растит.)	100		2,08	15,24	6	170
Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.)	100		1,05	10,1	15,6	158
<b>сред.</b>			<b>2,17</b>	<b>7,37</b>	<b>10,47</b>	<b>118</b>
<b>1-ЫЕ БЛЮДА</b>						
Борщ со свежей капустой, картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/5		3,75	7,5	12,57	133
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
Бифштекс по-домашнему с соусом томатным	80/20		12,3	11,9	8,9	189
Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)	90		17,2	15,4	1,10	210
<b>сред.</b>			<b>15,66</b>	<b>12,63</b>	<b>4,23</b>	<b>191</b>
Грудки куриные по-французски	180		17	29,0	16,9	397
Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом	180/5		21,4	22,5	38,3	442
<b>сред.</b>			<b>19,20</b>	<b>25,75</b>	<b>27,60</b>	<b>420</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
Макаронные изделия отварные	180		6,77	5,4	43,13	248
Капуста тушёная	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>
<b>НАПИТКИ</b>						
Чай пакетированный с сахаром, урюком	200/8/10		0,5	0,0	13,28	56
Компот из плодов сушёных (урюк)	200		1	0,1	30,56	128
<b>сред.</b>			<b>0,75</b>	<b>0,06</b>	<b>21,92</b>	<b>92</b>
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91
<b>Итого-</b>		<b>73,00</b>				

Наименование блюд	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
<b>КОМПЛЕКС 1</b>						
Пюре из бобовых (горох) с маслом	100/2		11,7	2,3	24,5	166
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>8,30</b>	<b>12,47</b>	<b>2,46</b>	<b>39,24</b>	<b>231</b>

Борщ с капустой, картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной 250/22/10 5,6 9,1 12,7 164  
**Итого:** 16,00 5,60 9,10 12,7 164

Директор МБОУ  
 Калькулятор  
 Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

5 октября 2022 года

## Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

### СРЕДА

#### ЗАВТРАК

Бутерброд с сыром (батон)	25/15	5,82	4,71	12,85	118	
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	10,389	59	
<b>Итого:</b>		<b>30,00</b>	<b>13,25</b>	<b>11,03</b>	<b>48,29</b>	<b>358</b>

#### Горячее бесплатное питание младшие

Салат из моркови	60	0,33	1,1	1,34	17	
Блинчики со сгущенным молоком	45/10	2,19	2,52	12,5	79	
Котлеты "Аппетитные" мясо - куриные с соусом томатным	80/10	8,1	10,80	0,2	128	
Макаронные изделия отварные	150	5,60	5,06	35,91	212	
Компот из замороженного крыжовника	200	0,17		17,44	71	
Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9	44	
Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35	
<b>Итого:</b>	<b>590</b>	<b>62,10</b>	<b>18,53</b>	<b>19,80</b>	<b>83,77</b>	<b>586</b>

#### Горячий завтрак (старшие)

Котлеты "Пожарские".	80	11,5	11,2	9	178	
Картофель запечённый	110	2,60	6,00	20,80	148	
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,001	7,9	32	
Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9,0	44	
<b>Итого:</b>		<b>48,00</b>	<b>15,12</b>	<b>17,43</b>	<b>46,22</b>	<b>402</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством



8(800)234-35-88



@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

5 октября 2022 года

3-ий день

Наименование блюд

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

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Салат из белокачанной капусты со свежими огурцами	100		1,29	10,1	3,61	111
Ассорти овощное (огурцы, помидоры свежие, масло растит.)	40/40/5		0,9	5,15	2,85	62
Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками	80		5,89	12,0	8,912	168
Салат из моркови с яблоками	100		0,99	10,14	8,80	132
Винегрет овощной	100		1,22	10,16	7,17	126
	<b>сред.</b>		<b>1,79</b>	<b>8,00</b>	<b>7,18</b>	<b>109</b>

**1-ые БЛЮДА**

Суп картофельный с вермишелью, с куриными грудками	250/10		4,61	4,5	21,1	144
--	--------	--	------	-----	------	-----

**ВТОРЫЕ БЛЮДА**

Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные с соусом томатным	80/20		11,8	13,6	7,91	200
Гуляш из индейки	50/50		14,6	15,3	3,235	209
Рыба запеченная (филе)	80		18,5	10,6	3,5	182
Нагетсы куриные с соусом томатным	5шт/80/20		16,6	20,7	4,3	266
	<b>сред.</b>		<b>15,38</b>	<b>15,05</b>	<b>4,74</b>	<b>214</b>

Плов с говядиной	40/160		11,9	15,0	42,76	357
Рыбный киш	170		24,4	30,22	34,944	510
	<b>сред.</b>		<b>18,13</b>	<b>22,61</b>	<b>38,85</b>	<b>434</b>

**ГАРНИРЫ**

Картофель запеченный (с паприкой)	150		3,5	8,2	28,4	202
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>3,87</b>	<b>5,79</b>	<b>21,20</b>	<b>152</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	15/15		1,89	0,3	14,13	68
---	-------	--	------	-----	-------	----

**Итого- 73,00**

Наименование блюд	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
<b>КОМПЛЕКС 1</b>						
Каша гречневая вязкая	100		2,3	3,1	14,7	96
Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	10		0,5	0,1	4,5	22
<b>Итого:</b>		<b>8,30</b>	<b>2,82</b>	<b>3,21</b>	<b>27,19</b>	<b>150</b>

Суп картофельный с вермишелью, мясными фрикадельками	250/11		2,9	3,0	20,9	123
<b>Итого:</b>		<b>16,00</b>	<b>2,90</b>	<b>3,00</b>	<b>21</b>	<b>123</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

6 октября 2022 года

## Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

### ЧЕТВЕРГ

#### ЗАВТРАК

Запеканка рисовая с творогом, сгущенным молоком

100/10

15,98

7,85

20,46

219

Чай с сахаром, лимоном

200/8/5

0,06

0,01

8,14

34

Итого:

30,00

16,04

7,86

28,60

253

### Горячее бесплатное питание младшие

Фрукты свежие (яблоки)

120

0,48

0,48

11,76

56

Салат "Витаминный"

60

0,79

4,1

6,71

67

Плов с куриными грудками

50/150

12,42

10,01

26,01

244

Компот из замороженной вишни

200

0,12

0,03

11,57

48

Печенье сдобное "Американер с кунжутом"

1 шт/15

1,21

3,62

10,25

78

Хлеб ржано - пшеничный

25

1,25

0,25

11,25

55

Итого:

620

62,10

16,27

18,49

77,55

548

### Горячий завтрак (старшие)

Гуляш из филе грудок индейки

50/50

10

12,6

2,1

162

Каша гречневая вязкая

180

4,2

5,6

26,4

173

Компот из свежих плодов (яблоки)

200

0,08

0,1

11,9

49

Хлеб пшеничный (белый)

20

1,52

0,16

9,8

47

Итого:

48,00

15,80

18,44

50,24

431

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством



8(800)234-33-88



@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

6 октября 2022 года



4 день

Наименование блюд

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Овощи натуральные свежие (огурцы)	75		0,53	0,1	1,43	8
Салат "Прага" (грудки курицы, морковь отвар., огурцы солён., м/раст.)	100		6,5	12	1,80	142
Салат "Каприз" (помидоры св., кукуруза, сыр, сухарики, м/растит.)	80		2,2	9,6	4,5	115
Салат "Здоровье" (морковь, свекла, горошек, яблоки)	100		1,3	10,1	7,2	126
Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, сахар, м/растит.)	100		1,55	5,1	9,41	91
<b>сред.</b>	<b>сред.</b>	<b>2,09</b>	<b>6,22</b>	<b>6,02</b>	<b>6,02</b>	<b>89,67</b>

1-ые БЛЮДА

Щи из свеж. капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/5		3,43	6,5	7,42	103
---	----------	--	------	-----	------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Котлеты "Пожарские" с соусом томатным	80/20		11,5	11,2	8,52	178
Рыба (филе) по-Московски	70/20		18	13,8	2	204
Цыплята запечённые	100		26,7	24,5	1	332
Чахохбили из куриных грудок	60/50		12,6	16,6	7	229
<b>сред.</b>	<b>сред.</b>	<b>18,72</b>	<b>16,51</b>	<b>3,84</b>	<b>238</b>	

Гречка с фаршем и овощами	200		18,1	15,1	48	400
Буритос с курицей и сыром	180		21,6	35,3	29,6	525
<b>сред.</b>	<b>сред.</b>	<b>19,85</b>	<b>25,20</b>	<b>38,80</b>	<b>463</b>	

ГАРНИРЫ

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>сред.</b>	<b>4,91</b>	<b>7,02</b>	<b>37,11</b>	<b>232</b>	

НАПИТКИ

Чай чёрный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
Напиток из замороженной клюквы	200		0,12	0,03	11,6	48
<b>сред.</b>	<b>сред.</b>	<b>0,09</b>	<b>0,02</b>	<b>9,87</b>	<b>41</b>	

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	25/20		2,77	0,4	21,1	102
<b>Итого-</b>	<b>73,00</b>					

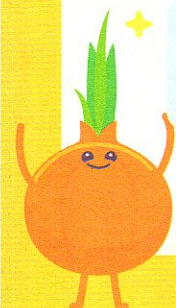
Наименование блюд	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
<b>КОМПЛЕКС 1</b>						
Каша полбяная вязкая	140		3,4	4,3	18,1	125
Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	10		6,5	0,1	4,5	22
<b>Итого:</b>		<b>8,30</b>	<b>3,92</b>	<b>4,41</b>	<b>30,6</b>	<b>179</b>

Щи из свеж. капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/22/20		5,6	9,7	9,8	165
<b>Итого:</b>		<b>16,00</b>	<b>5,60</b>	<b>9,70</b>	<b>9,80</b>	<b>165</b>

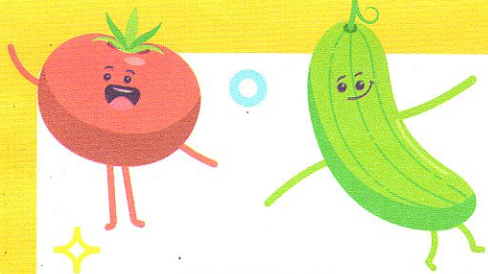
Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn







# Меню



МБОУ «Гимназия №9»

7 октября 2022 года

## Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

### ПЯТНИЦА

#### ЗАВТРАК

Масло сливочное порциями	10	0,08	7,25	0,13	66
Макаронные изделия отварные с сыром	150	8,99	8,21	32,12	239
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,01	7,99	32
Батон	28	2,10	0,81	14,39	73
<b>Итого:</b>		<b>30,00*</b>	<b>11,19</b>	<b>16,28</b>	<b>410</b>

#### Горячее бесплатное питание младшие

Салат из свеклы отварной с маслом	60	0,85	3,65	5,02	56
Жаркое по - домашнему	40/150	12,53	12,78	37,50	315
Чай с сахаром, лимоном	200/8/7	0,11	0,01	8,29	35
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>15,63</b>	<b>16,76</b>	<b>67,19</b>

#### Горячий завтрак (старшие)

Запеканка картофельная с мясом	170	12,3	15,5	23,5	281
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	0,07	0,01	8,14	34
Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
<b>Итого:</b>		<b>48,00</b>	<b>13,12</b>	<b>15,66</b>	<b>38,39</b>

Директор  
Калькулятор МБОУ  
Зав. производством



8(800)234-33-88



@depta.kzn



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

7 октября 2022 года

5 день

Наименование блюд

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

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Салат "Бурячок" (свекла отвар., яблоки, кукуруза консер., масло раст.)	100		1,5	8,6	9	121
Салат "Итальянские каникулы" (фасоль, помидоры св. огурцы солён, м/р)	100		2,6	8,4	6,7	115
Овощи натуральные свежие (помидоры)	75		0,83	0,2	2,85	18
Салат "Витаминный" (капуста б/коч., морковь, яблоки, сахар, м/растит.)	100		1,21	5,2	10,9	96
Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.)	100		1,05	10,1	15,6	158
	<b>сред.</b>		<b>1,28</b>	<b>5,48</b>	<b>9,47</b>	<b>94</b>

**1-ые БЛЮДА**

Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,9	117
------------------	-----	--	------	-----	------	-----

**ВТОРЫЕ БЛЮДА**

Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
Котлеты "Школьные" с соусом томатным	80/20		11,5	11,23	8,52	178
Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)	90		17,2	15,4	1,10	210
Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
Гуляш из индейки	50/50		14,6	15,3	3,235	209
	<b>сред.</b>		<b>14,24</b>	<b>14,52</b>	<b>3,27</b>	<b>200</b>
Азу с говядиной	50/150		17,2	21,0	19	334
Сырники "Классические" со сгущённым молоком	4шт/140/30		37,4	11,3	45,13	438
	<b>сред.</b>		<b>27,30</b>	<b>16,15</b>	<b>32,07</b>	<b>386,0</b>

**ГАРНИРЫ**

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
	<b>сред.</b>		<b>4,12</b>	<b>6,20</b>	<b>23,62</b>	<b>169</b>

**НАПИТКИ**

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	15/15		1,89	0,3	14,13	68

Итого- 73,00

Наименование блюд	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
<b>КОМПЛЕКС 1</b>						
Каша пшеничная вязкая	140		3,94	4,70	22,60	148
Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	10		0,5	0,1	4,5	22
<b>Итого:</b>		<b>8,30</b>	<b>4,46</b>	<b>4,81</b>	<b>35,09</b>	<b>202</b>

Суп картофельный с мясными фрикадельками

200/11 6,2 6,1 20 161

Итого:

16,00 6,20 6,10 20,0 161

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

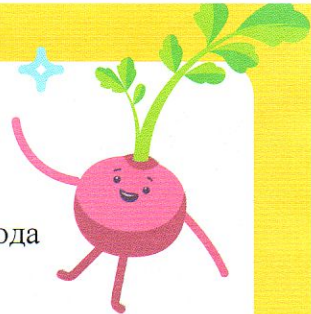
АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



МБОУ «Гимназия №9»

# Меню

8 октября 2022 года



6 день  
СУББОТА

## ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

Салат из свежих помидоров (без лука)	100	1,05	6,2	3,6	77
Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом	180/5	21,4	22,5	38,3	442
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20	2,52	0,4	18,84	91
<b>Итого-</b>	<b>73,00</b>	<b>24,97</b>	<b>29,06</b>	<b>68,7</b>	<b>642</b>

Наименование блюд	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
<b>КОМПЛЕКС 1</b>						
Макаронны отварные (с мас.растит.)	140		5,23	4,76	33,51	198
Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	10		0,5	0,1	4,5	22
<b>Итого:</b>		<b>8,30</b>	<b>5,75</b>	<b>4,87</b>	<b>46,0</b>	<b>252</b>

## Завтрак (старшие)

Сосиски отварные	2шт/100	8,92	9,51	2,39	136	
Спагетти отварные (с м/растит.)	180	6,70	6,10	43,00	254	
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>16,39</b>	<b>15,76</b>	<b>60,04</b>	<b>455</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством



8(800)234-33-88  
@depta.kzn

