

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

7 ноября 2022 года

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК						
ЗАВТРАК						
Сырники "Классические" со сгущенным молоком	2 шт/70/10	18,92	5,42	20,6	210	
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,01	7,99	32	
Итого:		30,00	18,94	5,43	28,54	242
Горячее бесплатное питание младшие						
Салат из моркови	60	0,63	6,04	9,34	95	
Бифштекс рубленый по - домашнему с соусом томатным	80/10	10,15	6,36	8,13	131	
Макаронные изделия отварные	150	5,60	5,06	35,91	212	
Напиток яблочный	200	0,10	0,10	6,10	26	
Печенье одобное "Американер с кунжутом"	1 шт/15	0,5	1,62	5,25	38	
Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9	44	
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	
Итого:	555	62,10	19,50	19,54	83,57	593
Горячий завтрак (старшие)						
Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)	70	13,35	11,9	0,89	163	
Рис отварной	130	3,32	4,7	34,6	194	
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	17,44	16,80	50,14	422

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



peelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

7 ноября 2022 года

1 день

Наименование блюд

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
Салат из квашеной капусты	100		1,6	5,1	8,24	88
Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.)	100		1,05	10,1	15,6	158
Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с маслом раст.	75		5,2	10,5	7,8	147
1-ЫЕ БЛЮДА	сред.		2,15	7,57	11,78	125
Суп картофельный с горохом, с фрикадельками из птицы	250/11		7,76	7,2	19,4	174
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
Рыба (филе) по-Московски	70/20		18	13,8	2	204
Грудка куриная в томатном соусе	50/50		9,9	10,6	3,6	150
Плов с говядиной	сред.		12,49	11,61	4,94	174
Буритос с курицей и сыром	40/160		11,9	15,0	42,76	357
Рыбный киш	170		20,4	33,3	28	496
ГАРНИРЫ	сред.		18,89	26,17	35,23	454
Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Макаронные изделия отварные (с м/р)	180		6,77	5,4	43,13	248
Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,9	3,6	8,8	80
НАПИТКИ	сред.		4,96	4,84	26,11	167
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Компот из свежих плодов (яблоки)	200		0,08	0,1	11,9	49
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91
Итого-	73,00					

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Угл-дь	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК						
КОМПЛЕКС 1						
Макаронные изделия 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	20		1	0,2	9	44
Итого:		8,30	6,25	4,97	50,50	274

Горячий завтрак (старшие)

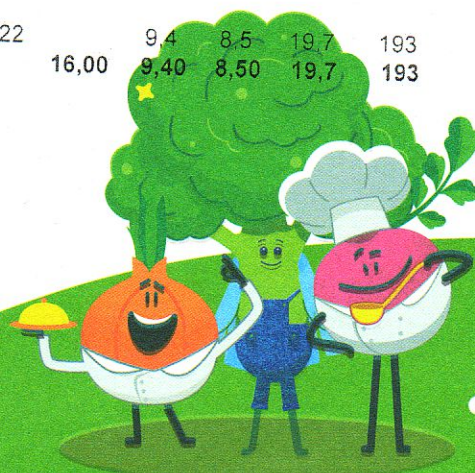
Суп картофельный с горохом, с фрикадельками из птицы	250/22		9,4	8,5	19,7	193
Итого:	16,00		9,40	8,50	19,7	193

Директор
Калькулятор
Зав. производством



☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

8 ноября 2022 года

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ВТОРНИК						
ЗАВТРАК						
Бутерброд с сыром, маслом (батон)	25/10/8		4,56	9,18	12,91	153
Каша вязкая молочная из рисовой и пшённой крупы с маслом	150/5		4,66	5,32	25,37	175
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,14	34
Итого:		30,00	9,28	14,51	46,42	362
Горячее бесплатное питание младшие						
Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Блинчики со сгущенным молоком	45/10		2,19	2,52	13,5	85
Жаркое из птицы	40/140		11,77	12,05	22,53	250
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,14	34
Хлеб ржано - пшеничный	25		1,25	0,25	11,25	55
Итого:	573	62,10	15,67	15,23	65,22	471
Горячий завтрак (старшие)						
Тефтели из говядины в соусе томатном	70/40		10,2	10,8	8,5	173
Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Напиток яблочный	200		0,1	0,1	26,4	108
Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9,0	44
Итого:		48,00	15,50	16,67	70,31	498

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

8 ноября 2022 года

2 день

Наименование блюд

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Фрукты 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 отварной свеклы с маслом растит.	100		1,43	6,09	8,36	94
Салат "Мечта" (капуста белокоч., кукуруза, з/горошек, масло растит.)	100		2,08	15,24	6	170
Салат "Столичный" с соусом Переменка	80		5,3	12,9	5,4	159
	сред.		3,10	7,92	9,38	122
1-ые БЛЮДА						
Борщ со свеж.капустой,картофелем,с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/10		3,9	8,2	12,8	142
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Бифштекс по-домашнему с соусом томатным	80/20		12,3	11,9	8,9	189
Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)	90		17,2	15,4	1,10	210
Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
Рыба (филе) запеченая с сыром,соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
	сред.		15,54	13,90	3,89	201
Пельмени"Для Умников и умниц"отварные с маслом	160/5		19	16,3	33,5	357
Жаркое из птицы (грудки куриные)	50/150		16,1	16	21,5	295
	сред.		17,55	16,15	27,50	326
ГАРНИРЫ						
Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,46	175
Спагетти отварные (с м/р)	180		6,77	5,4	43,14	248
Капуста тушёная	180		4,21	7,4	18	159
	сред.		4,97	6,13	29,20	194
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,14	0,0	11,2	46
	сред.		0,07	0,01	9,60	39
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,13	68
Итого-		73,00				

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
КОМПЛЕКС 1						
Каша пшённая вязкая	140		3,94	4,70	22,60	148
Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Итого:		8,30	4,96	4,91	39,59	224

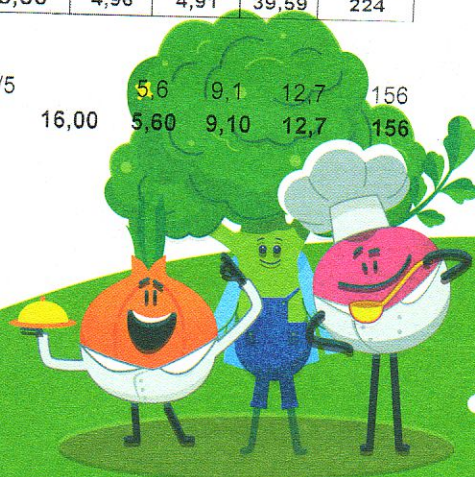
Горячий завтрак (старшие)

Борщ с капустой,картофелем,с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/22/5		5,6	9,1	12,7	156
Итого:		16,00	5,60	9,10	12,7	156

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

9 ноября 2022 года

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
СРЕДА						
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	27		2,02	0,78	13,87	71
Итого:		30,00	11,11	16,25	54,11	408
Горячее бесплатное питание младшие						
Салат из белокачанной капусты	60		0,93	3,05	5,64	54
Плов с говядиной	40/150		11,62	14,59	40,09	341
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,98	32
Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	22		1,67	0,17	10,82	52
Итого:	500	62,10	15,24	18,01	73,53	523
Горячий завтрак (старшие)						
Запеканка картофельная с мясом	160		11,5	14,6	22,1	265
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
Итого:		48,00	12,32	14,76	36,99	332

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

9 ноября 2022 года

3-ий день

Наименование блюд

	Выход	стоимос	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Салат из квашеной капусты	100		1,6	5,1	8,24	88
Винегрет овощной	100		1,22	10,16	7,17	126
Салат "Прага" (грудки курин., морковь отвар., огурцы солён., м/раст.)	80		5,2	7,2	1,70	92
Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.)	100		1,05	10,1	15,6	158
	сред.		1,91	6,60	8,89	104
1-ые БЛЮДА						
Суп картофельный с вермишелью	250		2,86	3,1	20,9	123
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Котлеты "Пожарские" с соусом томатным	80/20		11,5	11,2	8,52	178
Медальоны из куриных грудок с сыром, томатом	70/5		19,1	19,1	2,5	260
Рыба запеченная (филе)	75		17,3	10,0	3,3	171
Нагетсы куриные с соусом томатным	5шт/80/20		16,6	20,7	4,3	266
	сред.		16,12	15,26	4,66	219
Запеканка картофельная с мясом	200		14,4	18,3	27,667	331
Вареники с творогом, со сгущённым молоком	200/20		27,3	9,6	57,7	430
	сред.		20,87	13,97	42,68	380,56
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	100		3,9	3,6	8,8	80
	сред.		12,70	20,00	90,9	591,00
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Напиток Лимонный	200		0,14		24,43	101
	сред.		0,07	0,00	16,22	67
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,13	68
Итого-	73,00					

Наименование блюд	Выход	Стоимос	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
КОМПЛЕКС 1						
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	20		1	0,2	9	44
Итого:		8,30	4,42	4,51	35,09	201

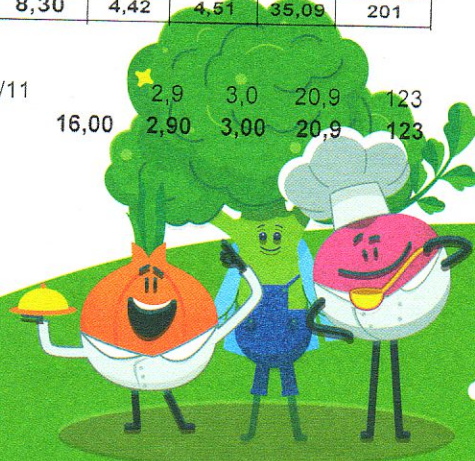
Горячий завтрак (старшие)

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

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

10 ноября 2022 года

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ЧЕТВЕРГ						
ЗАВТРАК						
Бутерброд с маслом (батон)	30/10		2,33	8,12	15,5	145
Каша вязкая молочная из гречневой крупы с маслом	150/5		5,85	5,61	30,78	204
Чай с молоком	200/8		1,52	0,755	10,39	59
Итого:		30,00	9,70	14,49	56,67	408
Горячее бесплатное питание младшие						
Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Салат из свеклы отварной с маслом	60		0,85	3,65	5,02	56
Гуляш из птицы	50/50		8,00	8,60	1,80	117
Каша гречневая рассыпчатая	150		6,62	5,39	21,87	162
Напиток лимонный	200		0,14	0,01	24,43	101
Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Итого:	650	62,10	18,53	18,41	81,76	574
Горячий завтрак (старшие)						
Сосиски отварные	2шт/100		8,92	9,51	2,39	136
Макаронные изделия отварные (с м/р)	180		6,77	5,36	43,14	248
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	16,46	15,02	60,2	449

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

10 ноября 2022 года

4 день

Наименование блюд

Наименование блюд	Выход	стоимос	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Салат картофельный с солён.огурцами, зелёным горошком	100/5		1,46	5,3	9,83	93
Салат "Бурячок" (свекла отвар., яблоки, кукуруза консер., масло раст.)	100		1,5	8,6	9	121
Салат с фасолью (фасоль консер., морковь отв., огурцы солён., м/раст.)	100		3,1	8,4	8,6	123
Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
	сред.		1,79	6,89	10,94	114

1-ые БЛЮДА

Щи из свеж.капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/10		3,33	6,4	7,56	128
--	-----------	--	------	-----	------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Рыба запечённая с овощами	75/25		15,8	9,9	2,61	163
Люля кебаб с соусом томатным	80/20		14,5	14,2	6,91	211
Гуляш из куриных грудок	50/50		14,6	15,3	3,235	209
Голень куриная запечённая в сливочном маринаде	90		22,7	33,0	1,8	391
	сред.		16,92	18,10	3,64	244

Голубцы ленивые	200		15,8	21,8	24,7	359
Буритос с курицей и сыром	170		20,4	33,3	28	496
	сред.		18,10	27,55	26,35	428

ГАРНИРЫ

Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Макаронные изделия отварные (с м/р)	180		6,77	5,4	43,13	248
Картофель тушёный	180		3,9	12,7	29,4	249
	сред.		4,96	7,89	32,98	223

НАПИТКИ

Чай чёрный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/7		0,05		8,13	34
Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	сред.		0,03	0,00	9,17	38

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,13	68
---	-------	--	------	-----	-------	----

Итого- 73,00

Наименование блюд	Выход	Стоимос	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
КОМПЛЕКС 1						
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:		8,30	5,02	6,01	36,99	224

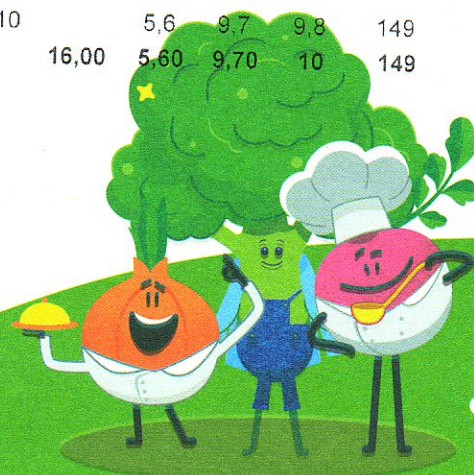
Горячий завтрак (старшие)

Щи из свеж.капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/22/10		5,6	9,7	9,8	149
Итого:		16,00	5,60	9,70	10	149

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

11 ноября 2022 года

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПЯТНИЦА						
ЗАВТРАК						
Блинчики (п/ф) со сгущенным молоком	2 шт/90/25		6,75	5,47	41,77	244
Чай с сахаром, лимоном	200/8/7		0,08	0,01	8,19	34
Итого:		30,00	6,83	5,48	49,96	278
Горячее бесплатное питание младшие						
Блинчики со сгущенным молоком	45/10		2,19	2,52	13,5	85
Биточки рыбные с соусом томатным	65/25		9,25	7,66	2,05	115
Пюре картофельное	150		3,28	4,66	22,03	146
Компот из плодов сушеных (урюк)	200		1,00	0,08	30,56	128
Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35
Итого:	530	62,10	17,86	15,24	84,52	553
Горячий завтрак (старшие)						
Картофель тушёный с мясным фаршем	160		11,95	4,1	22,02	259
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	12,72	4,29	36,67	324

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

11 ноября 2022 года

5 день

Наименование блюд

	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Фрукты 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 "Витаминный" (капуста б/коч., морковь, яблоки, сахар, м/растит.)	100		1,21	5,2	10,9	96
Винегрет овощной	100		1,22	10,16	7,17	126
Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.)	100		1,05	10,1	15,6	158
	сред.		2,03	6,16	12,17	113
1-ые БЛЮДА						
Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5		2,42	6,1	17,1	134
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
Шашлык из куриных грудок (на шампуре)	90		17,2	15,4	1,10	210
Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные с соусом томатным	80/20		11,8	13,6	7,91	200
Говядина со стручковой фасолью	40/50		15,6	21,6	4	274
	сред.		15,53	15,31	3,93	215
Сырники "Классические" со сгущенным молоком	3шт/105/20		28,7	8,6	33,6	331
Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом	160/5		19	16,3	33,5	357
	сред.		23,85	12,45	33,55	344
ГАРНИРЫ						
Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
Рагу овощное	180		3,36	9,2	20,2	178
	сред.		3,98	7,85	34,10	224
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/7		0,05		8,13	34
Компот из замороженной вишни	200		0,14	0,0	11,2	46
	сред.		0,10	0,01	9,67	40
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,3	15,38	79
	Итого-	73,00				

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
КОМПЛЕКС 1						
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	20		1	0,2	9	44
Итого:		8,30	6,25	4,97	50,50	274

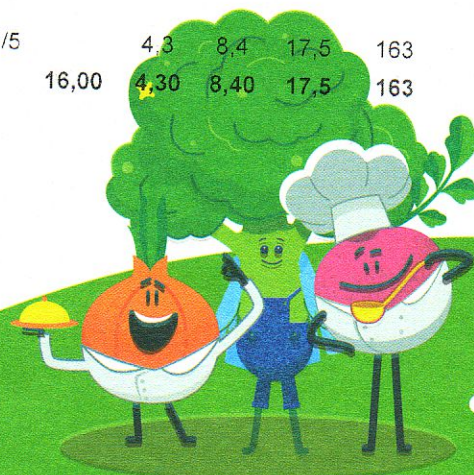
Горячий завтрак (старшие)

Рассольник Ленинградский с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/5		4,3	8,4	17,5	163
Итого:		16,00	4,30	8,40	17,5	163

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

6 день
СУББОТА

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Флоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
Сосиски отварные	2шт/100	10,4	20,1	0,8	226
Спагетти отварные (м/сл.)	180	6,8	3,9	43,2	235
Компот из урюка	200	0,05		8,13	34
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9	44
Итого-	73,00	18,73	24,65	72,89	595

Наименование блюд	Выход	Стоимос	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
КОМПЛЕКС 1						
Каша гречневая вязкая	130		2,53	3,41	16,17	106
Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Итого:		8,30	3,55	3,62	33,2	182

Завтрак (старшие)

Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом	150/5		17,8	15,5	31,5	337
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,12	0,03	11,6	48
Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9,0	44
Итого:		48,00	18,92	15,73	52,10	429

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

