

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

9 декабря 2024 года

| Наименование блюд | Выход | Цена | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|--|---------|--------------|---------------|---------------|----------------|-----------------------|
| 1-Салаты | | | | | | |
| ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ) | 120 | | 0,480 | 0,480 | 11,760 | 58 |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 30/15 | | 6,195 | 4,660 | 15,420 | 131 |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | 100 | | 3,430 | 0,200 | 3,800 | 23 |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 100 | | 1,552 | 5,085 | 9,408 | 91 |
| СРЕД: | | | 2,914 | 2,656 | 10,087 | 75 |
| 1-Первые блюда | | | | | | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 250 | | 6,937 | 5,937 | 44,312 | 258 |
| СРЕД: | | | 6,937 | 5,937 | 44,312 | 258 |
| 2-Вторые блюда | | | | | | |
| КОТЛЕТЫ АППЕТИТНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ | 90 | | 10,010 | 12,700 | 10,980 | 198 |
| РЫБА (ФИЛЕ) ПО - МОСКОВСКИ | 70/20 | | 17,024 | 14,728 | 1,790 | 209 |
| МЕДАЛЬОНЫ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК с сыром | 80/5 | | 21,845 | 23,941 | 1,813 | 310 |
| СРЕД: | | | 16,293 | 17,123 | 4,861 | 239 |
| 2-Самостоятельные вторые блюда | | | | | | |
| ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ | 40/160 | | 15,440 | 19,290 | 51,200 | 430 |
| БЛИНЧИКИ (п/ф) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 4шт/ | 180/20 | | 11,340 | 8,396 | 66,900 | 390 |
| СРЕД: | | | 13,390 | 13,843 | 59,050 | 410 |
| 3-Гарниры | | | | | | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180 | | 7,946 | 6,479 | 50,249 | 291 |
| СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ | 180 | | 6,722 | 6,079 | 43,083 | 254 |
| КАПУСТА БРОККОЛИ ОТВАРНАЯ | 100 | | 3,111 | 3,441 | 4,444 | 31 |
| СРЕД: | | | 5,926 | 5,333 | 32,592 | 192 |
| 4-Напитки | | | | | | |
| ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ | 200/8/5 | | 0,045 | 0,005 | 8,134 | 34 |
| НАПИТОК ИЗ УРЮКА | 200 | | 0,020 | 0,000 | 7,990 | 32 |
| СРЕД: | | | 0,033 | 0,003 | 8,062 | 33 |
| 5-Хлеб | | | | | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 1,520 | 0,160 | 9,840 | 47 |
| ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 1,000 | 0,200 | 9,000 | 44 |
| СРЕД: | | | 1,260 | 0,180 | 9,420 | 46 |
| ИТОГО: | | 79,00 | | | | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 140 | | 5,225 | 4,733 | 33,488 | 198 |
| ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С САХАРОМ | 180/5 | | 0,018 | 0,005 | 5,134 | 21 |
| ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ (СЕЛЬСКИЙ) | 15 | | 0,750 | 0,150 | 6,750 | 33 |
| Итого: | | 9,20 | 5,993 | 4,888 | 45,372 | 252 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 200 | | 2,016 | 2,362 | 15,878 | 93 |
| ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА | 10 | | 0,932 | 1,583 | 5,945 | 42 |
| Итого: | | 16,00 | 2,948 | 3,965 | 21,823 | 135 |

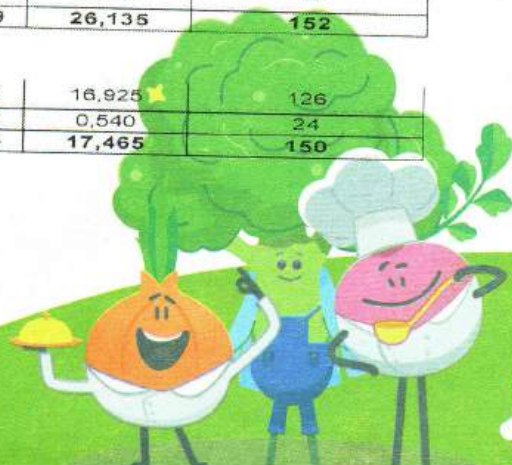


Меню

МБОУ «Гимназия №9»

11 декабря 2024 года

| Наименование блюд | Выход | Цена | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|--|---------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------------|
| 1-Салаты | | | | | | |
| ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ) | 120 | | 0,480 | 0,480 | 11,760 | 56 |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 30/15 | | 6,195 | 4,860 | 15,420 | 131 |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ (ДОЛЬКАМИ) С МАСЛОМ | 100 | | 2,217 | 2,267 | 1,900 | 37 |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 100 | | 1,552 | 5,085 | 9,409 | 91 |
| | СРЕД: | | 2,611 | 3,173 | 9,622 | 79 |
| 1-Первые блюда | | | | | | |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | 250 | | 4,126 | 9,237 | 38,000 | 252 |
| СМЕТАНА | 10 | | 0,260 | 1,500 | 0,360 | 16 |
| | СРЕД: | | 4,386 | 10,737 | 38,360 | 268 |
| 2-Вторые блюда | | | | | | |
| РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ (ФИЛЕ) | 75/5 | | 16,608 | 6,711 | 2,648 | 138 |
| ГОЛЕНЬ ЗАПЕЧЕННАЯ | 90 | | 22,798 | 32,606 | 2,162 | 393 |
| БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ ПО-ДОМАШНЕМУ ЗАПЕЧЕННЫЙ | 90 | | 10,690 | 12,037 | 8,367 | 184 |
| | СРЕД: | | 16,699 | 17,118 | 4,392 | 236 |
| 2-Самостоятельные вторые блюда | | | | | | |
| ГРУДКА КУРИНАЯ ПО-ФРАНЦУЗСКИ | 180 | | 17,000 | 28,897 | 16,907 | 397 |
| | СРЕД: | | 17,000 | 28,897 | 16,907 | 397 |
| 3-Гарниры | | | | | | |
| РИС ОТВАРНОЙ | 180 | | 4,601 | 6,521 | 48,017 | 269 |
| СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ | 180 | | 6,722 | 6,079 | 43,083 | 264 |
| ОВОЩНАЯ СМЕСЬ ОТВАРНАЯ | 100 | | 3,554 | 3,327 | 8,885 | 80 |
| | СРЕД: | | 4,959 | 5,309 | 33,328 | 201 |
| 4-Напитки | | | | | | |
| ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ | 200/8/5 | | 0,045 | 0,005 | 8,134 | 34 |
| НАПИТОК ИЗ УРЮКА | 200 | | 0,020 | 0,000 | 7,990 | 32 |
| | СРЕД: | | 0,033 | 0,003 | 8,062 | 33 |
| 5-Хлеб | | | | | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 1,520 | 0,160 | 9,840 | 47 |
| ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 1,000 | 0,200 | 9,000 | 44 |
| | СРЕД: | | 1,260 | 0,180 | 9,420 | 46 |
| | ИТОГО: | 79,00 | | | | |
| КАША ПОЛБЯНАЯ ВЯЗКАЯ | 110 | | 2,638 | 3,384 | 14,251 | 98 |
| ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С САХАРОМ | 180/5 | | 0,018 | 0,005 | 5,134 | 21 |
| ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ (СЕЛЬСКИЙ) | 15 | | 0,750 | 0,150 | 6,750 | 33 |
| Итого: | | 9,20 | 3,406 | 3,539 | 26,135 | 152 |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | 250 | | 2,285 | 5,385 | 16,925 | 126 |
| СМЕТАНА | 15 | | 0,390 | 2,250 | 0,540 | 24 |
| Итого: | | 16,00 | 2,675 | 7,635 | 17,465 | 150 |

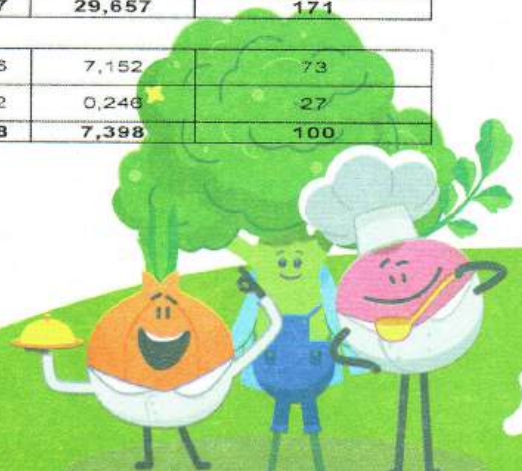


Меню

МБОУ «Гимназия №9»

10 декабря 2024 года

| Наименование блюд | Выход | Цена | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|--|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------------|
| 1-Салаты | | | | | | |
| ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ) | 120 | | 0,480 | 0,480 | 11,760 | 56 |
| БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ (Батон в/с) | 30/15 | | 6,195 | 4,860 | 15,420 | 131 |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | 100 | | 3,430 | 0,200 | 3,800 | 23 |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ | 100 | | 1,638 | 5,088 | 7,720 | 86 |
| СРЕД: | | | 2,936 | 2,657 | 9,676 | 74 |
| 1-Первые блюда | | | | | | |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | 250 | | 8,050 | 5,125 | 37,690 | 229 |
| - СМЕТАНА | 10 | | 0,260 | 1,500 | 0,360 | 16 |
| СРЕД: | | | 8,310 | 6,625 | 38,050 | 245 |
| 2-Вторые блюда | | | | | | |
| РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ, СОУСОМ Переменка | 60/5/5 | | 17,643 | 6,732 | 3,025 | 144 |
| ЕЖИКИ МЯСНЫЕ С РИСОМ В СОУСЕ ТОМАТНОМ | 60/30 | | 9,344 | 9,441 | 6,074 | 155 |
| СРЕД: | | | 13,494 | 8,087 | 5,550 | 150 |
| 2-Самостоятельные вторые блюда | | | | | | |
| ПЕЛЬМЕНИ ДЛЯ УМНИКОВ И УМНИЦ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 180/5 | | 20,449 | 16,359 | 44,197 | 406 |
| ЖАРКОЕ ПО - ДОМАШНЕМУ | 40/160 | | 12,050 | 17,930 | 39,880 | 370 |
| СРЕД: | | | 16,250 | 17,145 | 42,039 | 406 |
| 3-Гарниры | | | | | | |
| КАША ПОЛБЯНАЯ ВЯЗКАЯ | 180 | | 4,314 | 6,537 | 23,306 | 160 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 180 | | 6,053 | 4,882 | 43,087 | 240 |
| ОВОЩНАЯ СМЕСЬ ОТВАРНАЯ | 100 | | 3,554 | 3,327 | 8,885 | 80 |
| СРЕД: | | | 4,640 | 4,582 | 25,093 | 160 |
| 4-Напитки | | | | | | |
| ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ | 200/8 | | - | - | 7,984 | 32 |
| НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | | 0,100 | 0,100 | 12,430 | 52 |
| СРЕД: | | | 0,050 | 0,050 | 10,207 | 42 |
| 5-Хлеб | | | | | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 1,520 | 0,160 | 9,840 | 47 |
| ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 1,000 | 0,200 | 9,000 | 44 |
| СРЕД: | | | 1,260 | 0,180 | 9,420 | 46 |
| ИТОГО: | 79,00 | | | | | |
| КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ | 110 | | 3,099 | 3,672 | 17,773 | 117 |
| ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С САХАРОМ | 180/5 | | 0,018 | 0,005 | 5,134 | 21 |
| ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ (СЕЛЬСКИЙ) | 15 | | 0,750 | 0,150 | 6,750 | 33 |
| Итого: | | 9,20 | 3,867 | 3,827 | 29,657 | 171 |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | 200 | | 1,454 | 4,156 | 7,152 | 73 |
| ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ ДЛЯ СУПОВ (ОТВАРНЫЕ) | 11 | | 2,246 | 1,902 | 0,246 | 27 |
| Итого: | | 16,00 | 3,7 | 6,058 | 7,398 | 100 |



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

9 декабря 2024 года

| Наименование блюд | Выход | Цена | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|--------------------------|--------|--------------|---------------|---------------|----------------|-----------------------|
| ПЛОВ С КУРИНЫМИ ГРУДКАМИ | 50/150 | | 15,448 | 19,298 | 45,883 | 419 |
| НАПИТОК ИЗ УРЮКА | 200 | | 0,800 | 0,000 | 18,460 | 32 |
| ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | | 1,500 | 0,300 | 13,500 | 77 |
| Итого: | | 55,00 | 17,748 | 19,598 | 77,843 | 528 |

| | | | | | | |
|-------------------------|-------|--------------|---------------|---------------|--------------|------------|
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 250 | | 2,520 | 2,978 | 19,848 | 117 |
| ЭЧ - ПОЧМАК С ГОВЯДИНОЙ | 100 | | 10,323 | 10,074 | 34,443 | 272 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200/8 | | 0,021 | 0,005 | 7,989 | 32 |
| ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 1,000 | 0,200 | 9,000 | 44 |
| Итого: | | 55,00 | 13,864 | 13,257 | 71,28 | 465 |

| | | | | | | |
|-----------------------------------|------------|--------------|---------------|---------------|---------------|------------|
| ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ) | 120 | | 0,480 | 0,480 | 11,760 | 56 |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ, МАСЛОМ | 150/5 | | 10,300 | 11,300 | 30,000 | 263 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | | 3,300 | 1,510 | 21,076 | 120 |
| ВАФЛИ ВЕСОВЫЕ 1 шт/ | 21 | | 1,100 | 1,426 | 9,740 | 56 |
| БАТОН | 25 | | 1,875 | 0,725 | 12,850 | 66 |
| Итого: | 521 | 66,80 | 17,055 | 15,441 | 85,426 | 561 |

| | | | | | | |
|-------------------------------|------------|--------------|---------------|---------------|---------------|------------|
| ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ) | 120 | | 0,480 | 0,480 | 11,760 | 56 |
| КОТЛЕТЫ АППЕТИТНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ | 90 | | 10,010 | 12,700 | 10,980 | 198 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ | 150 | | 3,462 | 4,634 | 21,786 | 143 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200/8 | | 0,021 | 0,005 | 7,989 | 32 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 1,520 | 0,160 | 9,840 | 47 |
| ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 1,000 | 0,200 | 9,000 | 44 |
| Итого: | 608 | 66,80 | 16,493 | 18,179 | 71,355 | 520 |



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

10 декабря 2024 года

| Наименование блюд | Выход | Цена | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|---------------------------------------|-------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------------|
| ЕЖИКИ МЯСНЫЕ С РИСОМ В СОУСЕ ТОМАТНОМ | 60/30 | | 9,461 | 9,909 | 8,562 | 161 |
| СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ | 150 | | 5,601 | 5,068 | 35,899 | 212 |
| НАПИТОК ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КЛЮКВЫ | 200 | | - | - | 9,980 | 40 |
| ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | | 1,500 | 0,300 | 13,500 | 77 |
| Итого: | | 55,00 | 16,562 | 15,277 | 67,941 | 490 |

| | | | | | | |
|--|-----|--------------|---------------|---------------|---------------|------------|
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | 250 | | 1,818 | 5,195 | 8,940 | 91 |
| СМЕТАНА | 5 | | 0,130 | 0,750 | 0,180 | 8 |
| ПИЦЦА С КУРИЦЕЙ И СЫРОМ | 85 | | 14,950 | 17,579 | 30,169 | 340 |
| КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КОМПОТНОЙ СМЕСИ | 200 | | 0,135 | 0,023 | 11,150 | 46 |
| ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 1,000 | 0,200 | 9,000 | 44 |
| Итого: | | 55,00 | 18,033 | 23,747 | 59,439 | 529 |

| | | | | | | |
|--|------------|--------------|---------------|---------------|---------------|------------|
| СЫР ПОРЦИЯМИ | 15 | | 3,945 | 3,990 | - | 53 |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ | 150/5 | | 6,853 | 9,680 | 20,740 | 197 |
| БЛИНЧИКИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 2 шт/ | 90/10 | | 5,670 | 4,198 | 28,450 | 174 |
| КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КОМПОТНОЙ СМЕСИ | 200 | | 0,135 | 0,023 | 11,150 | 46 |
| ПЕЧЕНЬЕ ВЕСОВОЕ 5 шт/ | 16 | | 1,104 | 2,208 | 11,856 | 71 |
| БАТОН | 25 | | 1,875 | 0,725 | 12,850 | 66 |
| Итого: | 511 | 66,80 | 19,582 | 20,724 | 85,046 | 608 |

| | | | | | | |
|------------------------|------------|--------------|---------------|---------------|---------------|------------|
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | 60 | | 2,060 | 0,120 | 2,280 | 14 |
| ЖАРКОЕ ПО - ДОМАШНЕМУ | 40/160 | | 12,050 | 17,930 | 39,880 | 370 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200/8 | | 0,021 | 0,005 | 7,989 | 32 |
| ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 1,000 | 0,200 | 9,000 | 44 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 1,520 | 0,160 | 9,840 | 47 |
| Итого: | 508 | 66,80 | 16,651 | 18,415 | 68,989 | 507 |

Шульгина



8(800)234-33-88



poelidovolen.ru



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

11 декабря 2024 года

| Наименование блюд | Выход | Цена | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|-------------------------------|-------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------------|
| ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ) | 120 | | 0,480 | 0,480 | 11,760 | 56 |
| СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ | 50 | | 5,700 | 7,860 | 4,400 | 113 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | | 6,622 | 5,399 | 41,875 | 242 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200/8 | | 0,021 | 0,005 | 7,989 | 32 |
| ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | | 1,500 | 0,300 | 13,500 | 77 |
| Итого: | | 55,00 | 14,323 | 14,044 | 79,524 | 520 |

| | | | | | | |
|--------------------------|-----|--------------|---------------|---------------|---------------|------------|
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | 250 | | 2,285 | 5,385 | 16,925 | 126 |
| СМЕТАНА | 10 | | 0,260 | 1,500 | 0,360 | 16 |
| ПИЦЦА С СЫРОМ | 85 | | 13,600 | 11,400 | 23,700 | 252 |
| НАПИТОК ИЗ УРЮКА | 200 | | 0,800 | 0,064 | 18,460 | 79 |
| ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 1,000 | 0,200 | 9,000 | 44 |
| Итого: | | 55,00 | 17,945 | 18,549 | 68,445 | 517 |

| | | | | | | |
|---|------------|--------------|---------------|---------------|---------------|------------|
| ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ) | 120 | | 0,480 | 0,480 | 11,760 | 56 |
| ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 150/10 | | 17,055 | 17,360 | 31,900 | 352 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200/8 | | 0,021 | 0,005 | 7,989 | 32 |
| БАТОН | 25 | | 1,875 | 0,725 | 12,850 | 66 |
| Итого: | 513 | 66,80 | 19,431 | 18,570 | 64,499 | 506 |

| | | | | | | |
|--|------------|--------------|---------------|---------------|---------------|------------|
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (с маслом) | 60 | | 1,330 | 1,360 | 1,140 | 22 |
| БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ ПО-ДОМАШНЕМУ ЗАПЕЧЕННЫЙ | 90 | | 10,690 | 12,037 | 8,367 | 184 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | | 5,044 | 4,068 | 35,906 | 200 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200/8 | | 0,021 | 0,005 | 7,989 | 32 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 1,520 | 0,160 | 9,840 | 47 |
| ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 1,000 | 0,200 | 9,000 | 44 |
| Итого: | 548 | 66,80 | 19,605 | 17,830 | 72,242 | 529 |



Handwritten signature



8(800)234-13-88



poelidovolen.ru



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

12 декабря 2024 года

| Наименование блюд | Выход | Цена | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|-----------------------------------|-------|--------------|--------------|---------------|--------------|--------------------|
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ | 250 | | 1,775 | 5,166 | 12,300 | 103 |
| СМЕТАНА | 5 | | 0,130 | 0,750 | 0,180 | 8 |
| СОСИСКИ В ТЕСТЕ (тесто дрожжевое) | 100 | | 10,765 | 15,560 | 31,660 | 312 |
| НАПИТОК ИЗ ВИШНИ | 200 | | 0,120 | 0,030 | 11,570 | 48 |
| ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | | 1,250 | 0,250 | 11,250 | 55 |
| Итого: | | 55,00 | 14,04 | 21,756 | 66,96 | 526 |

| | | | | | | |
|---|------------|--------------|---------------|---------------|---------------|------------|
| ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ) | 90 | | 0,480 | 0,480 | 11,760 | 56 |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГЕРКУЛЕСОВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ | 150/5 | | 6,349 | 6,796 | 28,525 | 208 |
| СЫРНИКИ "КЛАССИЧЕСКИЕ" СО СГУЩЕННОЙ | 70/5 | | 9,700 | 11,790 | 21,520 | 231 |
| НАПИТОК ИЗ УРЮКА | 200 | | 0,020 | 0,000 | 7,990 | 32 |
| БАТОН | 25 | | 1,875 | 0,725 | 12,850 | 66 |
| Итого: | 575 | 66,80 | 18,424 | 19,791 | 82,645 | 593 |

| | | | | | | |
|---------------------------|------------|--------------|---------------|---------------|---------------|------------|
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | 60 | | 0,420 | 0,060 | 1,140 | 7 |
| ПЛОВ С КУРИНЫМИ ГРУДКАМИ | 40/160 | | 15,448 | 19,298 | 45,883 | 419 |
| НАПИТОК ИЗ УРЮКА | 200 | | 0,800 | 0,000 | 18,460 | 32 |
| ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 1,000 | 0,200 | 9,000 | 44 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 1,520 | 0,160 | 9,840 | 47 |
| Итого: | 500 | 66,80 | 19,188 | 19,718 | 84,323 | 549 |

| | | | | | | |
|--------------------------------------|-------|--------------|---------------|---------------|---------------|------------|
| ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В СОУСЕ ТОМАТНОМ | 60/30 | | 12,790 | 13,930 | 11,730 | 223 |
| КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ (с паприкой) | 140 | | 3,274 | 7,676 | 26,508 | 188 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200/8 | | 0,021 | 0,005 | 7,989 | 32 |
| ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 1,000 | 0,200 | 9,000 | 44 |
| Итого: | | 55,00 | 16,085 | 21,611 | 55,227 | 487 |



 МБОУ «Гимназия №9»

М.Б. Кузнецова



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

12 декабря 2024 года

| Наименование блюд | Выход | Цена | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|---------------------------------------|--------------|------|--------------|--------------|---------------|--------------------|
| 1-Салаты | | | | | | |
| ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ) | 90 | | 0,480 | 0,480 | 11,760 | 56 |
| БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ (батон в/с) | 30/15 | | 6,195 | 4,860 | 15,420 | 131 |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | 100 | | 3,430 | 0,200 | 3,800 | 23 |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ | 100 | | 1,638 | 5,086 | 7,720 | 86 |
| | СРЕД: | | 2,938 | 2,657 | 10,327 | 74 |

| | | | | | | |
|------------------------------|--------------|--|--------------|--------------|---------------|------------|
| 1-Первые блюда | | | | | | |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ | 250 | | 4,450 | 3,912 | 37,800 | 204 |
| СМЕТАНА | 10 | | 0,260 | 1,500 | 0,360 | 16 |
| | СРЕД: | | 4,710 | 5,412 | 38,160 | 220 |

| | | | | | | |
|--------------------------------------|--------------|--|---------------|---------------|--------------|------------|
| 2-Вторые блюда | | | | | | |
| РЫБА (ФИЛЕ) ПО-МОСКОВСКИ | 70/20 | | 17,024 | 14,228 | 1,790 | 209 |
| ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В СОУСЕ ТОМАТНОМ | 60/30 | | 12,790 | 13,930 | 11,730 | 223 |
| | СРЕД: | | 14,907 | 14,329 | 6,760 | 216 |

| | | | | | | |
|--|--------------|--|---------------|---------------|---------------|------------|
| 2-Самостоятельные вторые блюда | | | | | | |
| ПЛОВ С КУРИНЫМИ ГРУДКАМИ | 40/160 | | 15,448 | 19,298 | 45,883 | 419 |
| ПЕЛЬМЕНИ ДЛЯ УМНИКОВ И УМНИЦ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 180/5 | | 20,449 | 16,359 | 44,197 | 406 |
| | СРЕД: | | 17,949 | 17,829 | 45,040 | 413 |

| | | | | | | |
|-----------------------------|--------------|--|--------------|--------------|---------------|------------|
| 3-Гарниры | | | | | | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 180 | | 6,053 | 4,882 | 43,087 | 240 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180 | | 7,946 | 6,479 | 50,249 | 291 |
| КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ | 150 | | 3,507 | 8,224 | 28,402 | 202 |
| КАПУСТА БРОККОЛИ ОТВАРНАЯ | 100 | | 3,111 | 3,441 | 4,444 | 31 |
| | СРЕД: | | 5,154 | 5,767 | 31,546 | 191 |

| | | | | | | |
|--|--------------|--|--------------|--------------|---------------|-----------|
| 4-Напитки | | | | | | |
| ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ, ЛИМОННОМ | 200/8/5 | | 0,046 | 0,005 | 8,134 | 34 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОКИ) | 200 | | 0,060 | 0,080 | 11,040 | 49 |
| | СРЕД: | | 0,053 | 0,043 | 10,037 | 42 |

| | | | | | | |
|----------------------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-----------|
| 5-Хлеб | | | | | | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 1,520 | 0,160 | 9,840 | 47 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 1,000 | 0,200 | 9,000 | 44 |
| | СРЕД: | | 1,260 | 0,180 | 9,420 | 46 |
| | ИТОГО: | 79,00 | | | | |

| | | | | | | |
|---------------------------------|-------|-------------|--------------|-------------|---------------|------------|
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ | 110 | | 2,567 | 3,405 | 16,158 | 106 |
| ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С САХАРОМ | 180/5 | | 0,018 | 0,005 | 5,134 | 21 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (СЕЛЬСКИЙ) | 15 | | 0,750 | 0,150 | 6,750 | 33 |
| Итого: | | 9,20 | 3,335 | 3,56 | 28,042 | 160 |

| | | | | | | |
|---|-----|--------------|--------------|--------------|---------------|------------|
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ | 200 | | 1,420 | 4,133 | 10,240 | 84 |
| ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ ДЛЯ СУПОВ (ОТВАРНЫЕ) | 11 | | 2,246 | 1,902 | 0,246 | 27 |
| Итого: | | 16,00 | 3,666 | 6,035 | 10,486 | 111 |

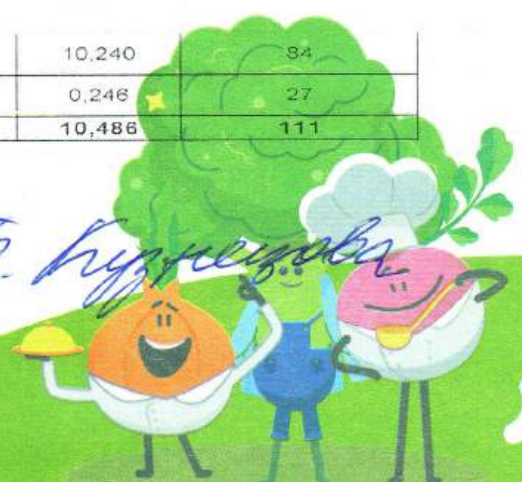
Директор МБОУ «Гимназия №9»

М.В. Бузнецова



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

13 декабря 2024 года

| Наименование блюд | Выход | Цена | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|-------------------------------------|-------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------------|
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох) | 250 | | 5,870 | 5,545 | 19,280 | 151 |
| ЭЛЕШ С ПТИЦЕЙ | 100 | | 10,182 | 17,783 | 34,158 | 338 |
| НАПИТОК ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КЛЮКВЫ | 200 | | - | - | 9,980 | 40 |
| ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 1,000 | 0,200 | 9,000 | 44 |
| Итого: | | 55,00 | 17,052 | 23,528 | 72,418 | 573 |

| | | | | | | |
|--|------------|--------------|---------------|---------------|---------------|------------|
| СЫР ПОРЦИЯМИ | 15 | | 3,945 | 3,990 | - | 53 |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСОВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ | 150/5 | | 8,600 | 8,080 | 35,551 | 249 |
| НАПИТОК ИЗ ВИШНИ | 200 | | 0,120 | 0,030 | 11,570 | 48 |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ ДМК | 1/125 | | 3,500 | 3,125 | 5,125 | 63 |
| БАТОН | 30 | | 2,250 | 0,870 | 15,420 | 79 |
| Итого: | 525 | 66,80 | 18,415 | 16,095 | 67,666 | 492 |

| | | | | | | |
|---------------------------------------|------------|--------------|---------------|---------------|---------------|------------|
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 60 | | 0,931 | 3,051 | 5,645 | 54 |
| ЕЖИКИ РЫБНЫЕ С РИСОМ В ТОМАТНОМ СОУСЕ | 60/30 | | 10,250 | 8,160 | 21,210 | 199 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | | 3,437 | 4,556 | 21,451 | 144 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОКИ) | 200 | | 0,080 | 0,080 | 11,940 | 49 |
| ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 1,000 | 0,200 | 9,000 | 44 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 1,520 | 0,160 | 9,840 | 47 |
| Итого: | 540 | 66,80 | 17,218 | 16,207 | 79,086 | 537 |

| | | | | | | |
|--|-------|--------------|---------------|---------------|---------------|------------|
| ГРУДКИ КУРИНЫЕ (филе) В ТОМАТНОМ СОУСЕ | 45/45 | | 12,451 | 12,565 | 3,272 | 177 |
| КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ | 150 | | 2,303 | 4,129 | 23,944 | 142 |
| КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КОМПОТНОЙ СМЕСИ | 200 | | 0,135 | 0,023 | 11,150 | 46 |
| ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | | 1,500 | 0,300 | 13,500 | 77 |
| Итого: | | 55,00 | 16,389 | 17,017 | 51,866 | 442 |


 Директор *М.В. Кузнецова*

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

13 декабря 2024 года

| Наименование блюд | Выход | Цена | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|---|--------------|-------------|---------------|---------------|---------------|--------------------|
| 1-Салаты | | | | | | |
| ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ) | 90 | | 0,480 | 0,480 | 11,760 | 56 |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 30/15 | | 6,195 | 4,860 | 15,420 | 131 |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 100 | | 1,552 | 5,085 | 9,408 | 91 |
| САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОГУРЦАМИ | 100 | | 1,490 | 5,251 | 10,071 | 94 |
| СРЕД: | | | 2,429 | 3,919 | 11,655 | 93 |
| 1-Первые блюда | | | | | | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох) | 250 | | 6,138 | 8,050 | 44,050 | 273 |
| СРЕД: | | | 6,138 | 8,050 | 44,050 | 273 |
| 2-Вторые блюда | | | | | | |
| ЕЖИКИ РЫБНЫЕ С РИСОМ В ТОМАТНОМ СОУСЕ | 60/30 | | 10,250 | 8,160 | 21,210 | 190 |
| КОТЛЕТЫ АППЕТИТНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ | 90 | | 10,010 | 12,700 | 10,580 | 198 |
| ГРУДКИ КУРИНЫЕ (филе) В ТОМАТНОМ СОУСЕ | 50/50 | | 13,565 | 13,296 | 2,515 | 185 |
| СРЕД: | | | 11,315 | 11,386 | 11,566 | 194 |
| 2-Самостоятельные вторые блюда | | | | | | |
| БЛИНЧИКИ (л/ф) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 4шт/7 | 180/20 | | 11,340 | 8,396 | 65,900 | 390 |
| СРЕД: | | | 11,340 | 8,396 | 65,900 | 390 |
| 3-Гарниры | | | | | | |
| РИС ОТВАРНОЙ | 180 | | 4,601 | 6,521 | 48,017 | 260 |
| СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ | 180 | | 6,722 | 6,079 | 43,083 | 254 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 180 | | 4,126 | 5,467 | 26,741 | 173 |
| КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ | 100 | | 3,012 | 3,358 | 5,060 | 63 |
| СРЕД: | | | 4,615 | 5,356 | 30,475 | 190 |
| 4-Напитки | | | | | | |
| ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ | 200/8 | | | | 7,984 | 32 |
| КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КОМПОННОЙ СМЕСИ | 200 | | 0,135 | 0,023 | 11,150 | 46 |
| СРЕД: | | | 0,065 | 0,012 | 9,567 | 39 |
| 5-Хлеб | | | | | | |
| ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 1,000 | 0,200 | 9,000 | 44 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 1,520 | 0,160 | 9,540 | 47 |
| СРЕД: | | | 1,260 | 0,180 | 9,420 | 46 |
| ИТОГО: | 79,00 | | | | | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 140 | | 5,225 | 4,733 | 33,488 | 198 |
| ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С САХАРОМ | 180/5 | | 0,018 | 0,005 | 5,134 | 21 |
| ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ (СЕЛЬСКИЙ) | 15 | | 0,750 | 0,150 | 6,750 | 33 |
| Итого: | | 9,20 | 5,993 | 4,888 | 45,372 | 252 |

| | | | | | | |
|---|-----|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох) | 200 | | 4,696 | 4,436 | 15,424 | 121 |
| ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ ДЛЯ СУПОВ (ОТВАРНЫЕ) | 11 | | 2,246 | 1,902 | 0,246 | 27 |
| Итого: | | 16,00 | 6,942 | 6,338 | 15,67 | 148 |

Директор *М.Б. Кузнецова*



М.Б. Кузнецова

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

14 декабря 2024 года

| Наименование блюд | Выход | Цена | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|---------------------------------|-------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------------|
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (рис) | 250 | | 2,120 | 2,878 | 17,435 | 104 |
| КОРЖ МОЛОЧНЫЙ | 50 | | 3,671 | 7,300 | 36,458 | 227 |
| НАПИТОК ИЗ ВИШНИ | 200 | | 0,120 | 0,030 | 11,570 | 48 |
| ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | | 1,250 | 0,250 | 11,250 | 55 |
| Итого: | | 55,00 | 7,161 | 10,458 | 76,713 | 434 |

| | | | | | | |
|--|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|------------|
| ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ) | 90 | | 0,480 | 0,480 | 11,760 | 56 |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ КАКАО С МОЛОКОМ | 150/5 | | 10,600 | 6,620 | 32,060 | 230 |
| | 200 | | 2,972 | 2,100 | 10,168 | 71 |
| ПЕЧЕНЬЕ СДОБНОЕ ШОКОЛАДНОЕ | 30 | | 2,385 | 7,948 | 20,482 | 163 |
| БАТОН | 30 | | 2,250 | 0,870 | 15,420 | 79 |
| Итого: | 535 | 66,80 | 18,69 | 18,018 | 87,890 | 600 |

| | | | | | | |
|-------------------------------|------------|--------------|---------------|---------------|---------------|------------|
| ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ) | 90 | | 0,480 | 0,480 | 11,760 | 56 |
| СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ | 100 | | 11,400 | 15,710 | 8,800 | 222 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | | 5,044 | 4,068 | 35,906 | 200 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200/8 | | 0,021 | 0,005 | 7,989 | 32 |
| ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 1,000 | 0,200 | 9,000 | 44 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 1,520 | 0,160 | 9,840 | 47 |
| Итого: | 618 | 66,80 | 19,465 | 20,623 | 83,295 | 602 |

| | | | | | | |
|--|---------|--------------|---------------|---------------|--------------|------------|
| ПЕЛЬМЕНИ ДЛЯ УМНИКОВ И УМНИЦ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 160/5 | | 18,181 | 14,944 | 39,291 | 365 |
| ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ | 200/8/5 | | 0,066 | 0,010 | 8,139 | 34 |
| ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 1,000 | 0,200 | 9,000 | 44 |
| Итого: | | 55,00 | 19,247 | 15,154 | 56,43 | 443 |



Директор

М.Б. Кузнецова



8(800)234-33-88



poelidovolen.ru



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

14 декабря 2024 года

| Наименование блюд | Выход | Цена | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|-------------------|-------|------|----------|---------|-------------|--------------------|
|-------------------|-------|------|----------|---------|-------------|--------------------|

1-Салаты

| | | | | | | |
|-------------------------------|--------------|--|-------|-------|--------|----|
| ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ) | 90 | | 0,480 | 0,480 | 11,760 | 56 |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | 100 | | 6,137 | 5,086 | 7,720 | 86 |
| | СРЕД: | | 3,309 | 2,783 | 9,740 | 71 |

1-Первые блюда

| | | | | | | |
|---------------------------------|--------------|--|-------|-------|--------|-----|
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (рис) | 250 | | 3,625 | 9,387 | 44,050 | 275 |
| | СРЕД: | | 3,625 | 9,387 | 44,050 | 275 |

2-Вторые блюда

| | | | | | | |
|------------------|--------------|--|--------|--------|-------|-----|
| СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ | 100 | | 11,400 | 15,710 | 8,800 | 222 |
| | СРЕД: | | 11,400 | 15,710 | 8,800 | 222 |

2-Самостоятельные вторые блюда

| | | | | | | |
|--|--------------|--|--------|--------|--------|-----|
| ПЕЛЬМЕНИ ДЛЯ УМНИКОВ И УМНИЦ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 180/5 | | 20,449 | 16,359 | 44,197 | 406 |
| | СРЕД: | | 20,449 | 16,359 | 44,197 | 406 |

3-Гарниры

| | | | | | | |
|------------------------------|--------------|--|-------|-------|--------|-----|
| МАКАРОНИНЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 180 | | 6,053 | 4,882 | 43,087 | 240 |
| | СРЕД: | | 6,053 | 4,882 | 43,087 | 240 |

4-Напитки

| | | | | | | |
|------------------------------|--------------|--|-------|-------|-------|----|
| ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ | 200/6 | | | | 7,984 | 32 |
| НАПИТОК ИЗ УРЮКА | 200 | | 0,020 | 0,000 | 7,990 | 32 |
| | СРЕД: | | 0,010 | 0,000 | 7,987 | 32 |

5-Хлеб

| | | | | | | |
|------------------------|---------------|--------------|-------|-------|-------|----|
| ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 1,000 | 0,200 | 9,000 | 44 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | | 1,520 | 0,160 | 9,840 | 47 |
| | СРЕД: | | 1,260 | 0,180 | 9,420 | 46 |
| | ИТОГО: | 79,00 | | | | |

| | | | | | | |
|-----------------------------------|---------------|-------------|--------------|--------------|---------------|------------|
| ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ | 140 | | 16,422 | 5,808 | 34,343 | 255 |
| ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С САХАРОМ | 180/5 | | 0,018 | 0,005 | 5,134 | 21 |
| ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ (СЕЛЬСКИЙ) | 15 | | 0,750 | 0,150 | 6,750 | 33 |
| | Итого: | 9,20 | 17,19 | 5,963 | 46,227 | 309 |

| | | | | | | |
|---|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|------------|
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (рис) | 250 | | 1,696 | 2,302 | 13,948 | 84 |
| ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ ДЛЯ СУПОВ (ОТВАРНЫЕ) | 11 | | 2,246 | 1,902 | 0,246 | 27 |
| | Итого: | 16,00 | 3,942 | 4,204 | 14,194 | 111 |

Директор 

М. В. Кузнецова

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

