

# Меню



МБОУ «Гимназия №9»

17 октября 2022 года

## Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

### ПОНЕДЕЛЬНИК

#### 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
<b>Итого:</b>		<b>30,00</b>	<b>6,83</b>	<b>5,48</b>	<b>49,96</b>

#### Горячее бесплатное питание младшие

Салат из свежих помидоров (с луком)	60	0,67	3,71	2,77	48
Тефтели из говядины в соусе томатном	70/40	9,24	6,83	8,46	132
Рис отварной	150	3,83	5,43	40,01	224
Чай с сахаром	200/8	0,02		7,98	32
Печенье сдобное "Шоколадное"	1 шт/15	1,21	2,62	10,25	79
Хлеб ржано - пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	66
<b>Итого:</b>	<b>573</b>	<b>62,10</b>	<b>16,47</b>	<b>18,89</b>	<b>82,97</b>

#### Горячий завтрак (старшие)

Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40	9,6	10,4	9,3	169
Макаронные изделия отварные (с м/слив.)	180	6,77	5,36	43,14	248
Напиток из замороженной клюквы	200			10	40
Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9,0	44
<b>Итого:</b>		<b>48,00</b>	<b>17,37</b>	<b>15,96</b>	<b>71,4</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

17 октября 2022 года

1 день

Наименование блюд

Наименование блюд	выход	стоимост	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 гренками, 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
<b>Итого-</b>	<b>73,00</b>					

Наименование блюд	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 гренками, с фрикадельками из птицы	250/10/22		12,6	8,7	24,3	225
<b>Итого:</b>		<b>16,00</b>	<b>12,60</b>	<b>8,70</b>	<b>24,3</b>	<b>225</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

18 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

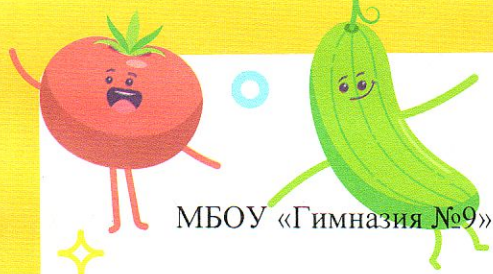
Итого: 48,00 29,40 28,72 63,56 633

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

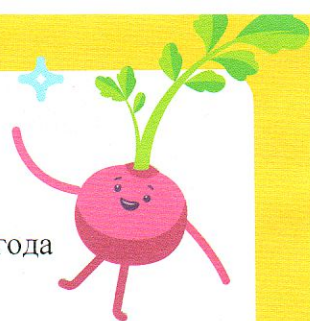
АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

18 октября 2022 года



2 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 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>2,48</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
<b>Итого:</b>		<b>16,00</b>	<b>5,60</b>	<b>9,10</b>	<b>12,7</b>	<b>164</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

19 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)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

19 октября 2022 года

3-ий 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
Салат из белокочанной 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>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
Суп картофельный с вермишелью, с куриными грудками	250/10		4,61	4,5	21,1	144
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
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>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
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>
<b>НАПИТКИ</b>						
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
<b>Итого-</b>	<b>73,00</b>					

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>

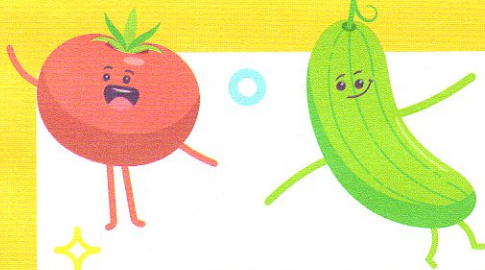
Суп картофельный с вермишелью, мясными фрикадельками	250/11		2,9	3,0	20,9	123
<b>Итого:</b>		<b>16,00</b>	<b>2,90</b>	<b>3,00</b>	<b>21</b>	<b>123</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню



МБОУ «Гимназия №9»

20 октября 2022 года

## Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

### ЧЕТВЕРГ

#### ЗАВТРАК

Запеканка рисовая с творогом, сгущенным молоком  
Чай с сахаром, лимоном

100/10	15,98	7,85	20,46	219
200/8/5	0,06	0,01	8,14	34

Итого: 30,00 16,04 7,86 28,60 253

### Горячее бесплатное питание младшие

Плоды свежие (яблоки)  
Салат "Витаминный"  
Плов с куриными грудками  
Компот из замороженной вишни  
Печенье сдобное "Американер с кунжутом"  
Хлеб ржано - пшеничный

120	0,48	0,48	11,76	56
60	0,79	4,1	6,71	67
50/150	12,42	10,01	26,01	244
200	0,12	0,03	11,57	48
1 шт/15	1,21	3,62	10,25	78
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  
Каша гречневая вязкая  
Компот из свежих плодов (яблоки)  
Хлеб пшеничный (белый)

50/50	10	12,6	2,1	162
180	4,2	5,6	26,4	173
200	0,08	0,1	11,9	49
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



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

20 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/раст.)	80		2,2	9,6	4,5	115
Салат "Здоровье" (морковь, свекла, з/горошек, яблоки)	100		1,3	10,1	7,2	126
Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, сахар, м/раст.)	100		1,55	5,1	9,41	91
	<b>сред.</b>		<b>2,09</b>	<b>6,22</b>	<b>6,02</b>	<b>89,67</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
Щи из свеж. капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/5		3,43	6,5	7,42	103
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
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>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>19,85</b>	<b>25,20</b>	<b>38,80</b>	<b>463</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
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>4,91</b>	<b>7,02</b>	<b>37,11</b>	<b>232</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
Чай черный 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>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		0,5	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

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

21 октября 2022 года

## Наименование продуктов

### ПЯТНИЦА

#### ЗАВТРАК

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
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>54,63</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>	<b>485</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>	<b>348</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

21 октября 2022 года

5 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
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>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,9	117
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
Рыба (филе) запеченая 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>386,6</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
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>
<b>НАПИТКИ</b>						
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
<b>Итого-</b>		<b>73,00</b>				

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
<b>Итого:</b>		<b>16,00</b>	<b>6,20</b>	<b>6,10</b>	<b>20,0</b>	<b>161</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

22 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	Стоимост	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
<b>КОМПЛЕКС 1</b>						
Макароны 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

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»