

# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

20 марта 2023 года

Наименование продуктов

ПОНЕДЕЛЬНИК

КОМПЛЕКС № 1

Сырники "Классические" со сгущенным молоком

Компот из замороженной компотной смеси

Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
2 шт/70/10		17,04	5,37	25,7	222
180		0,12	0,02	10,03	41
<b>Итого:</b>	<b>30,00</b>	<b>17,16</b>	<b>5,39</b>	<b>35,72</b>	<b>263</b>

Горячее бесплатное питание младшие

Плоды свежие (яблоки)

Ёжики мясные с рисом в соусе томатном

Макаронные изделия отварные

Кукуруза консервированная (доп. гарнир)

Кисель из концентрата

Хлеб ржано - пшеничный

Хлеб пшеничный

100		0,4	0,4	9,8	47
60/40		9,56	10,92	9	170
150		5,64	4,46	35,94	207
25		0,69	0,20	2,95	17
180				11,79	47
15		0,75	0,15	6,75	33
15		1,14	0,12	7,38	35
<b>Итого:</b>	<b>585</b>	<b>18,18</b>	<b>16,25</b>	<b>83,61</b>	<b>556</b>

Горячее бесплатное питание младшие

Сыр порциями

Плоды свежие (яблоки)

Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с маслом

Блинчики со сгущенным молоком

Кофейный напиток с молоком

Батон

15		3,94	3,99		53
120		0,48	0,48	11,76	56
150/5		5,6	5,98	18,68	151
1 шт/45/15		3,55	2,94	22,27	130
180		2,97	1,35	18,96	108
25		1,87	0,72	12,85	66
<b>Итого:</b>	<b>555</b>	<b>18,41</b>	<b>15,48</b>	<b>84,52</b>	<b>564</b>

Комплекс № 1

Шашлычок из куриных грудок (с переменной, на шампуре)

Спагетти отварные (с м/р)

Чай с сахаром

Хлеб ржано - пшеничный

80		13,8	14,0	1,00	184
150		5,60	5,10	36,00	212
200/8		0,02	0,001	7,9	32
15		0,75	0,15	6,8	33
<b>Итого:</b>	<b>48,00</b>	<b>20,17</b>	<b>19,25</b>	<b>51,65</b>	<b>461</b>

Комплекс № 2

Суп картофельный с горохом, с фрикадельками из птицы

Пицца с сыром

Кисель из концентрата

Хлеб ржано - пшеничный

250/11		7,7	7,1	19,4	173
85		13,60	11,40	24	252
200				13,1	53
20		1	0,2	9,0	44
<b>Итого:</b>	<b>48,00</b>	<b>22,30</b>	<b>18,70</b>	<b>65,2</b>	<b>522</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 марта 2023 года

1 день

Наименование блюда

Наименование блюда	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
Салат из квашеной капусты (без лука)	100		1,6	5,1	8,24	88
Салат "Здоровье" (морковь, свекла, з/горошек, яблоки)	100		1,3	10,1	7,2	126
Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с маслом раст.	70		4,85	9,8	7,28	137
	сред.		2,11	7,42	9,60	115

**1-ые БЛЮДА**

Суп картофельный с горохом, с фрикадельками из птицы	250/11		7,76	7,2	19,4	174
--	--------	--	------	-----	------	-----

**ВТОРЫЕ БЛЮДА**

Бифштекс по-домашнему	90		13,5	12,22	8,5	195
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
	сред.		13,80	12,21	4,70	183
Плов с говядиной	40/160		11,9	15,0	42,76	357
Буритос с курицей и сыром	180		21,6	35,3	29,6	525
Рыбный киш	170		24,4	30,22	34,944	510
	сред.		19,29	26,84	35,77	464

**ГАРНИРЫ**

Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Макаронные изделия отварные (с м/слив.)	180		6,77	5,4	43,13	248
Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,9	3,6	8,8	80
	сред.		4,96	4,84	26,11	167

**НАПИТКИ**

Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Компот из свежих плодов (яблоки)	200		0,08	0,1	11,9	49
	сред.		0,04	0,04	9,95	40,5

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,3	16,38	79
---	-------	--	------	-----	-------	----

Итого- 73,00

Наименование блюда	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Угл-дь	Ккал
<b>КОМПЛЕКС 1</b>						
Макаронные изделия 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>		8,80	6,41	5,23	50,80	280

Горячий завтрак (старшие)

Суп картофельный с горохом, с мясными фрикадельками	250/11		7,7	7,1	19,4	173
---	--------	--	-----	-----	------	-----

Итого: 16,00 7,70 7,10 19,4 173

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

21 марта 2023 года

## Наименование продуктов

### ВТОРНИК

#### КОМПЛЕКС № 1

Бутерброд с сыром, маслом (батон)

Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом

Чай с молоком

Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
30/10/5		4,92	7,15	15,46	147
150/5		6,35	6,8	28,53	208
180/7		1,36	0,68	9,35	53
<b>Итого:</b>	<b>30,00</b>	<b>12,63</b>	<b>14,63</b>	<b>53,34</b>	<b>408</b>

#### Горячее бесплатное питание младшие

Фрукты свежие (яблоки)

Салат из квашеной капусты (без лука)

Жаркое из птицы (грудки куриные)

Чай без сахара

Печенье весовое

Хлеб ржано - пшеничный

100		0,4	0,4	9,8	47	
60		0,98	3,05	4,63	51	
40/150		13,52	13,68	21,91	265	
180		0,01	0,005	0,005		
2 шт/30		2,07	2,14	22,23	117	
25		1,25	0,25	11,25	55	
<b>Итого:</b>	<b>585</b>	<b>62,10</b>	<b>18,23</b>	<b>19,53</b>	<b>69,83</b>	<b>535</b>

#### Горячее бесплатное питание младшие

Фрукты свежие (яблоки)

Масло сливочное (порциями)

Макаронные изделия отварные с сыром, маслом

Напиток яблочный

Печенье сдобное "Американер с кунжутом"

Батон

120		0,48	0,48	11,76	56	
10		0,08	7,25	0,08	66	
150/5		12,03	6,03	22,8	193	
180		0,09	0,09	11,18	46	
2 шт/30		2,73	3,32	14,32	101	
40		3	1,16	20,56	105	
<b>Итого:</b>	<b>535</b>	<b>62,10</b>	<b>18,41</b>	<b>18,33</b>	<b>80,70</b>	<b>567</b>

#### Комплекс № 1

Тефтели из говядины в соусе томатном

Каша гречневая вязкая

Компот из плодов сушёных (урюк)

Хлеб ржано - пшеничный

70/40		10,2	10,8	8,5	173
180		4,2	5,6	26,41	173
200		1	0,1	30,6	128
20		1	0,2	9,0	44
<b>Итого:</b>	<b>48,00</b>	<b>16,40</b>	<b>16,65</b>	<b>74,51</b>	<b>518</b>

#### Комплекс № 2

Борщ с капустой, картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной

Маффин Шоколадный

Компот из замороженной вишни

Хлеб ржано - пшеничный

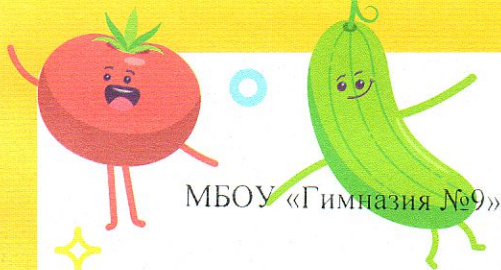
250/11/5		3,8	8,1	12,9	133
50		3,2	10,4	29,8	211
200		0,12	0,03	11,6	48
20		1	0,2	9,0	44
<b>Итого:</b>	<b>48,00</b>	<b>8,12</b>	<b>18,73</b>	<b>63,3</b>	<b>436</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)254-33-88

@depta.kzn





МБОУ «Гимназия №9»

# Меню

21 марта 2023 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)	100		0,4	0,4	9,8	47
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
Яйцо под соусом Переменка с з/горошком	48/10/5		6,5	11,3	1,1	132
Салат "Столичный" с соусом Переменка	80		5,3	12,9	5,4	159
	сред.		3,97	7,12	8,01	113
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
Борщ со свеж.капустой,картофелем,с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/5		3,8	7,5	12,6	134
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)	90		17,1	17,2	1,20	226
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.		14,84	13,98	3,99	200
Жаркое из птицы (грудки куриные)	50/150		16,1	16	21,5	295
	сред.		16,10	16,00	21,50	295
<b>ГАРНИРЫ</b>						
Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,46	175
Спагетти отварные (с маслом сливоч.)	180		6,72	6,1	43,1	254
Капуста тушёная	180		4,21	7,4	18	159
	сред.		4,96	6,37	29,19	196
<b>НАПИТКИ</b>						
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,14	0,0	11,15	46
	сред.		0,10	0,01	9,64	40,00
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,3	16,38	79
Итого-		73,00				

Наименование блюд	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Угл-дь	Ккал
<b>КОМПЛЕКС 1</b>						
Каша пшённая вязкая	150		4,23	5,01	24,24	159
Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Итого:		8,80	5,25	5,22	41,23	235

Горячий завтрак (старшие)

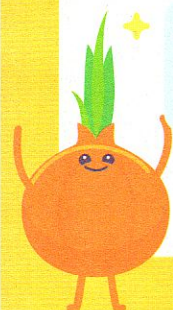
Борщ с капустой,картофелем,с мясными фрикадельками, со сметаной	250/11/5		3,8	8,1	12,9	133
Итого:		16,00	3,80	8,10	12,9	133

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)254-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»





# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

22 марта 2023 года

## СРЕДА

### КОМПЛЕКС № 1

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	180/7	0,01		7,19	29
Батон	30	2,25	0,87	15,42	78
<b>Итого:</b>	<b>30,00</b>	<b>11,33</b>	<b>16,33</b>	<b>54,86</b>	<b>412</b>

### Горячее бесплатное питание младшие

Соус мясной "Смак"	90	7,55	8,61	4,38	125	
Рис отварной	150	3,83	5,43	40,01	224	
Горошек зеленый отварной (доп. гарнир)	55	3,18	1,89	5,57	62	
Напиток из замороженной черной смородины	180	0,09	0,03	9,84	40	
Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33	
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	
<b>Итого:</b>	<b>510</b>	<b>62,10</b>	<b>16,92</b>	<b>16,27</b>	<b>76,39</b>	<b>531</b>

### Горячее бесплатное питание младшие

Фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56	
Сырники "Классические" со сгущенным молоком	2 шт/70/20	8,76	10,22	19,24	203	
Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5	5,91	5,56	25,05	181	
Компот из замороженной компотной смеси	180	0,12	0,02	10,03	41	
Батон	35	2,62	1,01	17,99	92	
<b>Итого:</b>	<b>580</b>	<b>62,10</b>	<b>17,89</b>	<b>17,29</b>	<b>84,07</b>	<b>573</b>

### Комплекс № 1

Залепанка картофельная с мясом	170	12,3	15,5	23,5	281
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>13,32</b>	<b>15,70</b>	<b>40,40</b>	<b>357</b>

### Комплекс № 2

Суп картофельный с вермишелью, мясными фрикадельками	250/11	4,7	4,5	20,9	144
Элеш с птицей	100	6,0	4,90	40,0	229
Компот из плодов сушёных (урюк)	200	1	0,1	30,6	128
Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9,0	44
<b>Итого:</b>	<b>48,00</b>	<b>12,70</b>	<b>9,68</b>	<b>100,5</b>	<b>545</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-53-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

22 марта 2023 года

3-ий день

Наименование блюд

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Салат из квашеной капусты (без лука)	100		1,6	5,1	8,24	88
Винегрет овощной (без лука)	100		1,22	10,16	7,17	126
Салат "Прага" (грудки курины, морковь отвар., огурцы солён., м/раст.)	80		5,2	9,5	1,50	113
Икра кабачковая	50		1	4,5	3,9	60
	<b>сред.</b>		<b>1,88</b>	<b>5,93</b>	<b>6,12</b>	<b>87</b>

1-ые БЛЮДА

Суп картофельный с вермишелью	250		2,86	3,1	20,9	123
-------------------------------	-----	--	------	-----	------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Котлеты "Школьные"	90		11,5	9,9	9,6	172
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	5шт/80		16,3	19,7	2,82	250
	<b>сред.</b>		<b>16,04</b>	<b>14,68</b>	<b>4,56</b>	<b>213</b>
Сырники "Классические" со сгущённым молоком	3шт/105/10		26,3	28,9	44,1	366
Плов с говядиной	40/160		11,9	15,0	42,76	357
	<b>сред.</b>		<b>19,10</b>	<b>21,95</b>	<b>43,43</b>	<b>362</b>

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
	<b>сред.</b>		<b>12,70</b>	<b>20,00</b>	<b>90,9</b>	<b>591,00</b>

НАПИТКИ

Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
Компот из замороженной вишни	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	15/15		1,89	0,3	14,13	68
<b>Итого-</b>		<b>73,00</b>				

Наименование блюд	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Угл-дь	Ккал
<b>КОМПЛЕКС 1</b>						
Каша полбяная вязкая	150		3,64	4,61	19,4	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>4,41</b>	<b>4,77</b>	<b>34,13</b>	<b>199</b>

Горячий завтрак (старшие)

Суп картофельный с вермишелью, мясными фрикадельками	250/11		4,7	4,5	20,9	144
<b>Итого:</b>		<b>16,00</b>	<b>4,70</b>	<b>4,50</b>	<b>20,9</b>	<b>144</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

23 марта 2023 года

Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

## ЧЕТВЕРГ

### КОМПЛЕКС № 1

Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5		5,91	5,56	25,05	181
Чай с молоком	180/7		1,36	0,68	9,35	53
Батон	28		2,10	0,81	14,39	73
<b>Итого:</b>		<b>30,00</b>	<b>13,31</b>	<b>11,04</b>	<b>48,79</b>	<b>360</b>

### Горячее бесплатное питание младшие

Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Свекла отварная (дольками) с маслом	60		0,85	3,65	5,02	56
Гуляш из птицы (грудки куриные)	50/50		8,05	9,27	3,13	126
Каша гречневая рассыпчатая	150		6,62	5,39	41,87	242
Напиток из шиповника	180		0,01		9,16	37
Хлеб ржано - пшеничный	25		1,25	0,25	11,25	55
<b>Итого:</b>	<b>615</b>	<b>62,10</b>	<b>17,18</b>	<b>18,96</b>	<b>80,23</b>	<b>563</b>

### Горячее бесплатное питание младшие

Масло сливочное (порциями)	10		0,08	7,25	0,08	66
Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Запеканка рисовая из творога	150		12,89	11,1	42,37	320
Чай с сахаром	180/7		0,01	0,01	7,19	29
Батон	40		3	1,16	20,56	105
<b>Итого:</b>	<b>507</b>	<b>62,10</b>	<b>16,46</b>	<b>20,00</b>	<b>81,96</b>	<b>576</b>

### Комплекс № 1

Цыплята запечённые	100		26,7	24,5	1	332
Рис отварной	150		3,8	5,4	40	224
Кисель из концентрата	200				13,1	53
Хлеб ржано - пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
<b>Итого:</b>		<b>48,00</b>	<b>31,25</b>	<b>30,05</b>	<b>60,9</b>	<b>642</b>

### Комплекс № 2

Щи из свеж.капусты с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	250/11/10		3,8	8,2	9,5	128
Кеко Волжский	50		3	10,4	29,8	211
Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9,0	44
<b>Итого:</b>		<b>48,00</b>	<b>7,81</b>	<b>18,80</b>	<b>59</b>	<b>424</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

23 марта 2023 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)	100		0,4	0,4	9,8	47
Салат картофельный с морковью, з/горошком, яйцом (без лука)	100		2,8	7,2	10,2	117
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.		2,04	7,26	10,62	117

**1-ые БЛЮДА**

Щи из свеж.капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/5		3,33	6,4	7,4	120
--	----------	--	------	-----	-----	-----

**ВТОРЫЕ БЛЮДА**

Рыба запечённая с овощами	75/25		15,8	9,9	2,61	163
Люля кебаб	80		14,3	13,1	5,5	195
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.		16,86	17,82	3,29	240
Гречка с фаршем и овощами	230		20,8	17,4	55,2	460
Буритос с курицей и сыром	180		21,6	35,3	29,6	525
	сред.		21,20	26,35	42,40	493

**ГАРНИРЫ**

Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Макаронные изделия отварные (с м/слив.)	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 черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	сред.		0,01	0,00	9,10	37
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91

Итого- 73,00

Наименование блюда	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Угл-дь	Ккал
<b>КОМПЛЕКС 1</b>						
Каша Геркулесовая вязкая	150		4	5,8	20	148
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>4,81</b>	<b>5,96</b>	<b>34,90</b>	<b>216</b>

Горячий завтрак (старшие)

Щи из свеж.капусты с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	250/11/10		3,8	8,2	9,5	128
<b>Итого:</b>		<b>16,00</b>	<b>3,80</b>	<b>8,20</b>	<b>10</b>	<b>128</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

24 марта 2023 года

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>ПЯТНИЦА</b>						
<b>КОМПЛЕКС № 1</b>						
Бутерброд с сыром, маслом (батон)	30/10/5		4,92	7,15	15,46	147
Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом	150/5		4,6	5,08	32,55	201
Напиток яблочный	180		0,10	0,10	26,40	108
<b>Итого:</b>		<b>30,00</b>	<b>9,62</b>	<b>12,33</b>	<b>74,41</b>	<b>456</b>
<b>Горячее бесплатное питание младшие</b>						
Блинчики со сгущенным молоком	45/10		3,19	2,52	19,5	114
Биточки рыбные из фарша минтая	90		9,2	11,5	6,6	171
Пюре картофельное	150		3,28	4,65	22,02	146
Компот из плодов сушеных (урюк)	180		0,90	0,07	9,50	42
Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
<b>Итого:</b>	<b>515</b>	<b>62,10</b>	<b>19,09</b>	<b>19,10</b>	<b>76,46</b>	<b>564</b>
<b>Горячее бесплатное питание младшие</b>						
Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Каша вязкая молочная из гречневой крупы с маслом	150/5		5,85	8,61	25,28	204
Блинчики со сгущенным молоком	2 шт/90/25		6,75	7,97	21,77	185
Напиток из замороженной черной смородины	180		0,09	0,04	9,64	40
Батон	25		1,87	0,72	12,85	66
<b>Итого:</b>	<b>595</b>	<b>62,10</b>	<b>15,04</b>	<b>17,82</b>	<b>81,30</b>	<b>551</b>
<b>Комплекс № 1</b>						
Нагетсы куриные	5шт/80		16,3	19,7	2,8	250
Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Напиток из шиповника	200		0,012		10,2	41
Хлеб ржано - пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
<b>Итого:</b>		<b>48,00</b>	<b>21,26</b>	<b>25,42</b>	<b>46,16</b>	<b>497</b>
<b>Комплекс № 2</b>						
Рассольник Ленинградский с мясными фрикадельками, со сметаной	250/11/10		4,3	8,4	17,5	163
Маффин Классический	50		3,2	10,4	29,8	211
Чай с сахаром	200/8		0,02	0	7,9	32
Хлеб ржано - пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
<b>Итого:</b>		<b>48,00</b>	<b>8,27</b>	<b>18,95</b>	<b>62,0</b>	<b>439</b>

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством



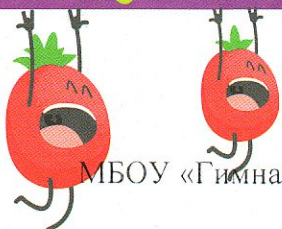
8(800)234-33-88



@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»





МБОУ «Гимназия №9»

# Меню

24 марта 2023 года

5 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
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
Икра кабачковая	50		1	4,5	3,9	60
Винегрет овощной (без лука)	100		1,22	10,16	7,17	126
	<b>сред.</b>		<b>2,05</b>	<b>5,21</b>	<b>8,93</b>	<b>91,60</b>
<b>1-ые БЛЮДА</b>						
Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5		2,42	6,1	17,1	134
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)	90		17,1	17,2	1,20	226
Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные	90		16,5	15,0	6,6	225
Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
	<b>сред.</b>		<b>16,58</b>	<b>15,12</b>	<b>3,34</b>	<b>214</b>
Сырники "Классические" со сгущённым молоком	5шт/105/10		26,3	28,9	44,1	366
	<b>сред.</b>		<b>26,30</b>	<b>28,90</b>	<b>44,10</b>	<b>366</b>
<b>ГАРНИРЫ</b>						
Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
Пюре картофельное	150		3,28	4,7	22,03	146
	<b>сред.</b>		<b>3,94</b>	<b>5,58</b>	<b>35,02</b>	<b>208</b>
<b>НАПИТКИ</b>						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Компот из замороженной компотной смеси	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	15/15		1,89	0,3	14,13	68
	<b>Итого-</b>	<b>73,00</b>				

Наименование блюд	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Угл-дь	Ккал
<b>КОМПЛЕКС 1</b>						
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>50,80</b>	<b>280</b>

<b>Горячий завтрак (старшие)</b>						
Рассольник Ленинградский с фрикадельками из птицы, со сметаной	200/11/5		4,3	8,4	17,5	163
<b>Итого:</b>		<b>16,00</b>	<b>4,30</b>	<b>8,40</b>	<b>17,5</b>	<b>163</b>



Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

#poelidovolen



Мобильное приложение  
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@DEPARTAMENT\_PRODovolSTVIYA

