

# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

23 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
<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>17,748</b>	<b>19,598</b>	<b>77,843</b>	<b>528</b>

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
<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>13,864</b>	<b>13,257</b>	<b>71,28</b>	<b>465</b>

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
<b>Итого:</b>	<b>521</b>	<b>66,80</b>	<b>17,055</b>	<b>15,441</b>	<b>85,426</b>	<b>561</b>

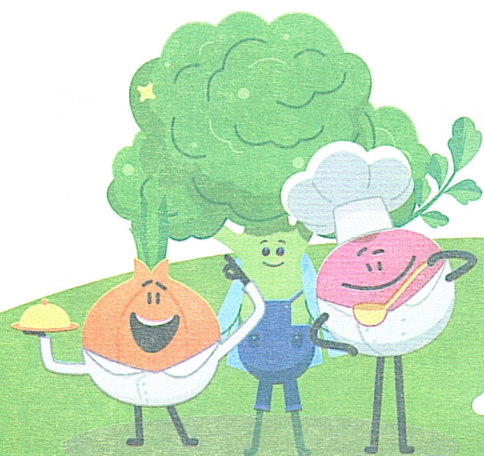
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	120		0,480	0,480	11,760	56
КОТЛЕТЫ АППЕТИТНЫЕ ЗАПЕЧЁННЫЕ	90		10,010	12,700	10,980	198
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150		3,462	4,634	21,786	143
ЧАЙ С САХАРОМ	200/8		0,021	0,005	7,989	32
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44
<b>Итого: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



8(800)234-33-88



poelidovolen.ru



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

23 декабря 2024 года

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
<b>1-Салаты</b>						
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
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100		3,430	0,200	3,800	23
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100		1,552	5,085	9,408	91
	<b>СРЕД:</b>		<b>2,914</b>	<b>2,656</b>	<b>10,097</b>	<b>75</b>
<b>1-Первые блюда</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250		6,937	5,937	44,312	258
	<b>СРЕД:</b>		<b>6,937</b>	<b>5,937</b>	<b>44,312</b>	<b>258</b>
<b>2-Вторые блюда</b>						
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
	<b>СРЕД:</b>		<b>16,293</b>	<b>17,123</b>	<b>4,861</b>	<b>239</b>
<b>2-Самостоятельные вторые блюда</b>						
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
	<b>СРЕД:</b>		<b>13,390</b>	<b>13,843</b>	<b>59,050</b>	<b>410</b>
<b>3-Гарниры</b>						
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
	<b>СРЕД:</b>		<b>5,926</b>	<b>5,333</b>	<b>32,592</b>	<b>192</b>
<b>4-Напитки</b>						
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
	<b>СРЕД:</b>		<b>0,033</b>	<b>0,003</b>	<b>8,062</b>	<b>33</b>
<b>5-Хлеб</b>						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44
	<b>СРЕД:</b>		<b>1,260</b>	<b>0,180</b>	<b>9,420</b>	<b>46</b>
	<b>ИТОГО:</b>	<b>79,00</b>				
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
	<b>Итого:</b>	<b>9,20</b>	<b>5,993</b>	<b>4,888</b>	<b>45,372</b>	<b>252</b>
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200		2,016	2,382	15,878	93
ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	10		0,932	1,583	5,945	42
	<b>Итого:</b>	<b>16,00</b>	<b>2,948</b>	<b>3,965</b>	<b>21,823</b>	<b>135</b>



8(800)234-33-88  
 poelidovolen.ru



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

24 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
<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>16,562</b>	<b>15,277</b>	<b>67,941</b>	<b>490</b>

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
<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>18,033</b>	<b>23,747</b>	<b>59,439</b>	<b>529</b>

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
<b>Итого:</b>	<b>511</b>	<b>66,80</b>	<b>19,582</b>	<b>20,724</b>	<b>85,046</b>	<b>608</b>

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
<b>Итого:</b>	<b>508</b>	<b>66,80</b>	<b>16,651</b>	<b>18,415</b>	<b>68,989</b>	<b>507</b>



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

# Меню

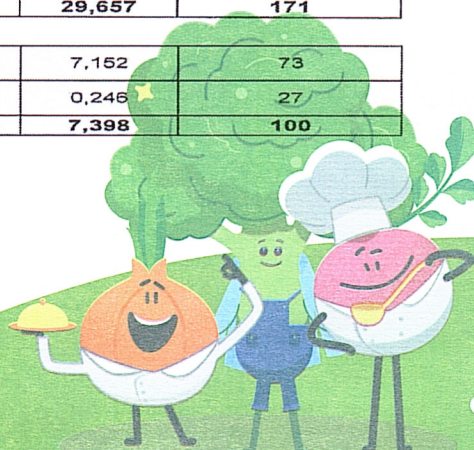
МБОУ «Гимназия №9»

24 декабря 2024 года

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
<b>1-Салаты</b>						
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 КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100		1,638	5,086	7,720	86
	<b>СРЕД:</b>		<b>2,936</b>	<b>2,657</b>	<b>9,675</b>	<b>74</b>
<b>1-Первые блюда</b>						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250		8,050	5,125	37,690	229
- СМЕТАНА	10		0,280	1,500	0,360	16
	<b>СРЕД:</b>		<b>8,310</b>	<b>6,625</b>	<b>38,050</b>	<b>245</b>
<b>2-Вторые блюда</b>						
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ, СОУСОМ Переменка	80/5/5		17,643	6,732	3,025	144
БЖИКИ МЯСНЫЕ С РИСОМ В СОУСЕ ТОМАТНОМ	60/30		9,344	9,441	8,074	155
	<b>СРЕД:</b>		<b>13,494</b>	<b>8,087</b>	<b>5,550</b>	<b>150</b>
<b>2-Самостоятельные вторые блюда</b>						
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
	<b>СРЕД:</b>		<b>16,250</b>	<b>17,145</b>	<b>42,039</b>	<b>406</b>
<b>3-Гарниры</b>						
КАША ПОЛБЯНАЯ ВЯЗКАЯ	180		4,314	5,537	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
	<b>СРЕД:</b>		<b>4,640</b>	<b>4,582</b>	<b>25,093</b>	<b>160</b>
<b>4-Напитки</b>						
ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ	200/8		-	-	7,984	32
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200		0,100	0,100	12,430	52
	<b>СРЕД:</b>		<b>0,050</b>	<b>0,050</b>	<b>10,207</b>	<b>42</b>
<b>5-Хлеб</b>						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44
	<b>СРЕД:</b>		<b>1,260</b>	<b>0,180</b>	<b>9,420</b>	<b>46</b>
	<b>ИТОГО:</b>	<b>79,00</b>				
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
	<b>Итого:</b>	<b>9,20</b>	<b>3,867</b>	<b>3,827</b>	<b>29,657</b>	<b>171</b>
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
	<b>Итого:</b>	<b>16,00</b>	<b>3,7</b>	<b>6,058</b>	<b>7,398</b>	<b>100</b>



8(800)234-33-88  
poelidovolen.ru



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

25 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
<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>14,323</b>	<b>14,044</b>	<b>79,524</b>	<b>520</b>

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
<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>17,945</b>	<b>18,549</b>	<b>68,445</b>	<b>517</b>

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
<b>Итого:</b>	<b>513</b>	<b>66,80</b>	<b>19,431</b>	<b>18,570</b>	<b>64,499</b>	<b>506</b>

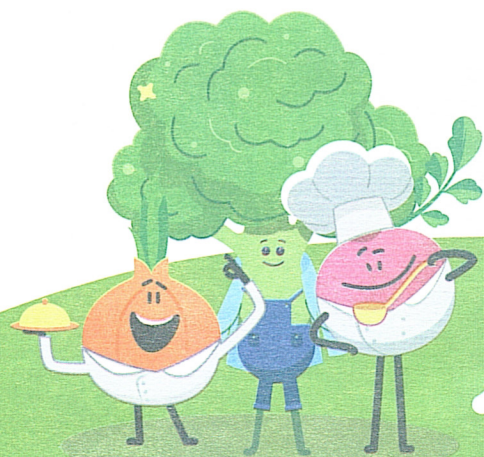
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (с маслом)	60		1,330	1,360	1,140	22
БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ ПО-ДОМАШНЕМУ ЗАПЕЧЕННЫЙ	90		10,690	12,037	8,367	184
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		5,044	4,068	35,906	200
ЧАЙ С САХАРОМ	200/8		0,021	0,005	7,989	32
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000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



8(800)234-33-88



poelidovolen.ru



# Меню

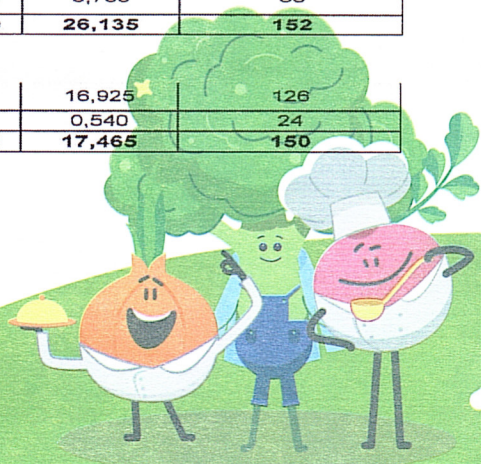
МБОУ «Гимназия №9»

25 декабря 2024 года

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
<b>1-Салаты</b>						
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	9,408	91
	<b>СРЕД:</b>		<b>2,611</b>	<b>3,173</b>	<b>9,622</b>	<b>79</b>
<b>1-Первые блюда</b>						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250		4,126	9,237	38,000	252
- СМЕТАНА	10		0,260	1,500	0,360	16
	<b>СРЕД:</b>		<b>4,386</b>	<b>10,737</b>	<b>38,360</b>	<b>268</b>
<b>2-Вторые блюда</b>						
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 ПОДОМАШНЕМУ ЗАПЕЧЕННЫЙ	90		10,690	12,037	8,367	184
	<b>СРЕД:</b>		<b>16,699</b>	<b>17,118</b>	<b>4,392</b>	<b>238</b>
<b>2-Самостоятельные вторые блюда</b>						
ГРУДКА КУРИНАЯ ПО - ФРАНЦУЗСКИ	180		17,000	28,897	16,907	397
	<b>СРЕД:</b>		<b>17,000</b>	<b>28,897</b>	<b>16,907</b>	<b>397</b>
<b>3-Гарниры</b>						
РИС ОТВАРНОЙ	180		4,601	6,521	48,017	269
СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ	180		6,722	6,079	43,083	254
ОВОЩНАЯ СМЕСЬ ОТВАРНАЯ	100		3,554	3,327	8,885	80
	<b>СРЕД:</b>		<b>4,959</b>	<b>5,309</b>	<b>33,328</b>	<b>201</b>
<b>4-Напитки</b>						
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
	<b>СРЕД:</b>		<b>0,033</b>	<b>0,003</b>	<b>8,062</b>	<b>33</b>
<b>5-Хлеб</b>						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44
	<b>СРЕД:</b>		<b>1,260</b>	<b>0,180</b>	<b>9,420</b>	<b>46</b>
	<b>ИТОГО:</b>	<b>79,00</b>				
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
	<b>Итого:</b>	<b>9,20</b>	<b>3,406</b>	<b>3,539</b>	<b>26,135</b>	<b>152</b>
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250		2,285	5,385	16,925	126
СМЕТАНА	15		0,390	2,250	0,540	24
	<b>Итого:</b>	<b>16,00</b>	<b>2,675</b>	<b>7,635</b>	<b>17,465</b>	<b>150</b>



8(800)234-33-88  
 poelidovolen.ru



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

26 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
<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>14,04</b>	<b>21,756</b>	<b>66,96</b>	<b>526</b>

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 СГУЩЁНКОЙ	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
<b>Итого:</b>	<b>575</b>	<b>66,80</b>	<b>18,424</b>	<b>19,791</b>	<b>82,645</b>	<b>593</b>

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
<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>66,80</b>	<b>19,188</b>	<b>19,718</b>	<b>84,323</b>	<b>549</b>

ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В СОУСЕ ТОМАТНОМ	60/30		12,790	13,930	11,730	223
КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЁННЫЙ (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
<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>16,085</b>	<b>21,611</b>	<b>55,227</b>	<b>487</b>



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

26 декабря 2024 года

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
<b>1-Салаты</b>						
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 КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100		1,638	5,086	7,720	86
	<b>СРЕД:</b>		<b>2,936</b>	<b>2,657</b>	<b>10,327</b>	<b>74</b>

<b>1-Первые блюда</b>						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250		4,450	3,912	37,800	204
- СМЕТАНА	10		0,280	1,500	0,360	16
	<b>СРЕД:</b>		<b>4,710</b>	<b>5,412</b>	<b>38,160</b>	<b>220</b>

<b>2-Вторые блюда</b>						
РЫБА (ФИЛЕ) ПО - МОСКОВСКИ	70/20		17,024	14,728	1,790	209
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В СОУСЕ ТОМАТНОМ	60/30		12,790	13,930	11,730	223
	<b>СРЕД:</b>		<b>14,907</b>	<b>14,329</b>	<b>6,760</b>	<b>216</b>

<b>2-Самостоятельные вторые блюда</b>						
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
	<b>СРЕД:</b>		<b>17,949</b>	<b>17,829</b>	<b>46,040</b>	<b>413</b>

<b>3-Гарниры</b>						
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
	<b>СРЕД:</b>		<b>5,154</b>	<b>5,757</b>	<b>31,546</b>	<b>191</b>

<b>4-Напитки</b>						
ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200/8/5		0,045	0,005	8,134	34
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОКИ)	200		0,080	0,080	11,940	49
	<b>СРЕД:</b>		<b>0,063</b>	<b>0,043</b>	<b>10,037</b>	<b>42</b>

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

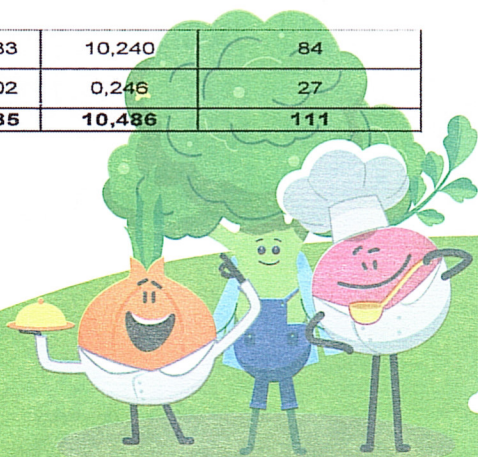
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	110		2,567	3,405	16,158	106
ЧАЙ "ГРИНФИЛД" С САХАРОМ	180/5		0,018	0,005	5,134	21
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ (СЕЛЬСКИЙ)	15		0,750	0,150	6,750	33
<b>Итого:</b>		<b>9,20</b>	<b>3,335</b>	<b>3,56</b>	<b>28,042</b>	<b>160</b>

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
<b>Итого:</b>		<b>16,00</b>	<b>3,666</b>	<b>6,035</b>	<b>10,486</b>	<b>111</b>



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru





# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

27 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
<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>17,052</b>	<b>23,528</b>	<b>72,418</b>	<b>573</b>

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
<b>Итого:</b>	<b>525</b>	<b>66,80</b>	<b>18,415</b>	<b>16,095</b>	<b>67,666</b>	<b>492</b>

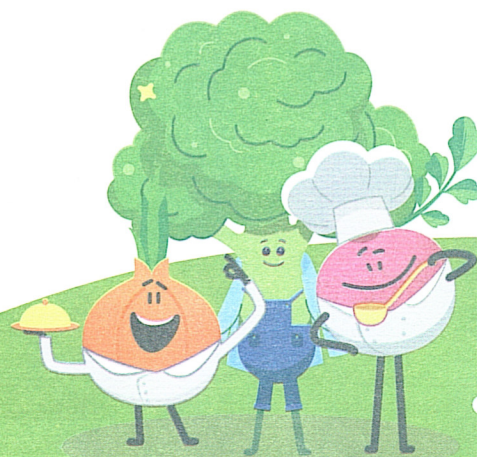
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60		0,931	3,051	5,645	54
ЕЖИКИ РЫБНЫЕ С РИСОМ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	60/30		10,250	8,160	21,210	199
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150		3,437	4,556	21,451	144
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОКИ)	200		0,080	0,080	11,940	49
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520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

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
<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>16,389</b>	<b>17,017</b>	<b>51,866</b>	<b>442</b>



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

27 декабря 2024 года

Наименование блюд	Выход	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
<b>1-Салаты</b>						
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
	<b>СРЕД:</b>		<b>2,429</b>	<b>3,919</b>	<b>11,665</b>	<b>93</b>
<b>1-Первые блюда</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох)	250		6,138	8,050	44,050	273
	<b>СРЕД:</b>		<b>6,138</b>	<b>8,050</b>	<b>44,050</b>	<b>273</b>
<b>2-Вторые блюда</b>						
БЖИКИ РЫБНЫЕ С РИСОМ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	60/30		10,250	8,160	21,210	199
КОТЛЕТЫ АППЕТИТНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	90		10,010	12,700	10,980	198
ГРУДКИ КУРИНЫЕ (филе) В ТОМАТНОМ СОУСЕ	50/50		13,685	13,296	2,513	185
	<b>СРЕД:</b>		<b>11,315</b>	<b>11,385</b>	<b>11,568</b>	<b>194</b>
<b>2-Самостоятельные вторые блюда</b>						
БЛИНЧИКИ (п/ф) СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 4шт/	180/20		11,340	8,396	65,900	390
	<b>СРЕД:</b>		<b>11,340</b>	<b>8,396</b>	<b>66,900</b>	<b>390</b>
<b>3-Гарниры</b>						
РИС ОТВАРНОЙ	180		4,601	6,521	48,017	269
СПАГЕТТИ ОТВАРНЫЕ	180		6,722	6,079	43,083	254
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180		4,125	5,467	25,741	173
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ	100		3,012	3,358	5,060	63
	<b>СРЕД:</b>		<b>4,615</b>	<b>5,356</b>	<b>30,475</b>	<b>190</b>
<b>4-Напитки</b>						
ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ	200/8		-	-	7,984	32
КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КОМПОТНОЙ СМЕСИ	200		0,135	0,023	11,150	46
	<b>СРЕД:</b>		<b>0,068</b>	<b>0,012</b>	<b>9,567</b>	<b>39</b>
<b>5-Хлеб</b>						
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,000	0,200	9,000	44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,520	0,160	9,840	47
	<b>СРЕД:</b>		<b>1,260</b>	<b>0,180</b>	<b>9,420</b>	<b>46</b>
	<b>ИТОГО:</b>	<b>79,00</b>				

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
<b>Итого:</b>		<b>9,20</b>	<b>5,993</b>	<b>4,888</b>	<b>45,372</b>	<b>252</b>

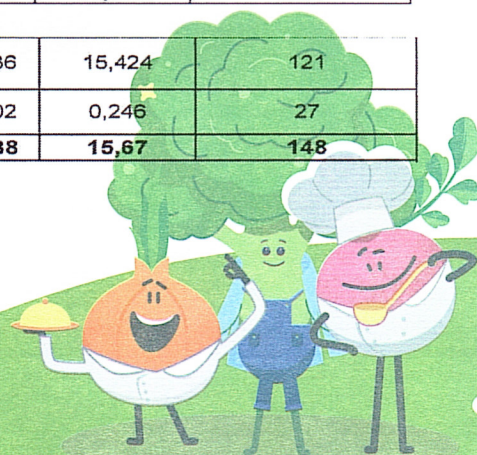
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох)	200		4,696	4,436	15,424	121
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ ДЛЯ СУПОВ (ОТВАРНЫЕ)	11		2,246	1,902	0,246	27
<b>Итого:</b>		<b>16,00</b>	<b>6,942</b>	<b>6,338</b>	<b>15,67</b>	<b>148</b>



8(800)234-33-88



poelidovolen.ru



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

28 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
<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>7,161</b>	<b>10,458</b>	<b>76,713</b>	<b>434</b>

ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	90		0,480	0,480	11,760	56
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	150/5		10,600	6,620	32,060	230
КАКАО С МОЛОКОМ	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
<b>Итого:</b>	<b>535</b>	<b>66,80</b>	<b>18,69</b>	<b>18,018</b>	<b>87,890</b>	<b>600</b>

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
<b>Итого:</b>	<b>618</b>	<b>66,80</b>	<b>19,465</b>	<b>20,623</b>	<b>83,295</b>	<b>602</b>

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
<b>Итого:</b>		<b>55,00</b>	<b>19,247</b>	<b>15,154</b>	<b>56,43</b>	<b>443</b>



8(800)234-33-88



poelidovolen.ru



# Меню

МБОУ «Гимназия №9»

28 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
	<b>СРЕД:</b>		3,309	2,783	9,740	71

## 1-Первые блюда

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (рис)	250		3,625	9,387	44,050	275
	<b>СРЕД:</b>		3,625	9,387	44,050	275

## 2-Вторые блюда

СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	100		11,400	15,710	8,800	222
	<b>СРЕД:</b>		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
	<b>СРЕД:</b>		20,449	16,359	44,197	406

## 3-Гарниры

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180		6,053	4,882	43,087	240
	<b>СРЕД:</b>		6,053	4,882	43,087	240

## 4-Напитки

ЧАЙ ПАКЕТИРОВАННЫЙ С САХАРОМ	200/8		-	-	7,984	32
НАПИТОК ИЗ УРЮКА	200		0,020	0,000	7,990	32
	<b>СРЕД:</b>		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
	<b>СРЕД:</b>		1,260	0,180	9,420	46
	<b>ИТОГО:</b>	<b>79,00</b>				

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
<b>Итого:</b>		<b>9,20</b>	<b>17,19</b>	<b>5,963</b>	<b>46,227</b>	<b>309</b>

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (рис)	200		1,696	2,302	13,948	84
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ ДЛЯ СУПОВ (ОТВАРНЫЕ)	11		2,246	1,902	0,246	27
<b>Итого:</b>		<b>16,00</b>	<b>3,942</b>	<b>4,204</b>	<b>14,194</b>	<b>111</b>



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

