

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

28 ноября 2022 года

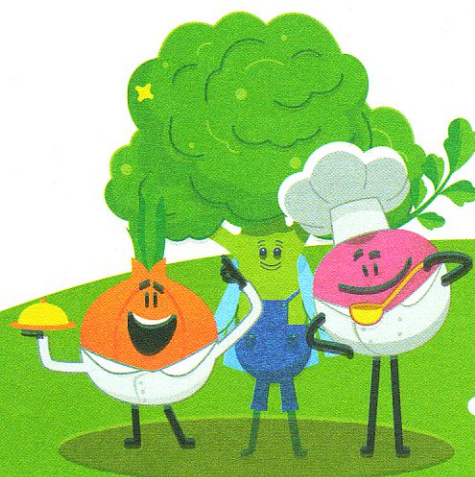
Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК						
ЗАВТРАК						
Блинчики (п/ф) со сгущенным молоком	2 шт/90/25		6,75	5,47	41,77	244
Чай с сахаром, лимоном	200/8/7		0,08	0,01	8,19	34
Итого:		30,00	6,83	5,48	49,96	278
Горячее бесплатное питание младшие						
Салат из белокачанной капусты	60		0,93	3,05	5,64	54
Тефтели из говядины в соусе томатном	70/40		9,24	6,83	8,46	132
Каша гречневая рассыпчатая	150		0,14	0,01	24,43	101
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,98	32
Печенье сдобное "Шоколадное"	2 шт/30		4,41	7,24	20,51	164
Хлеб ржано - пшеничный	25		1,25	0,25	11,25	55
Итого:	583	62,10	15,99	17,38	78,27	538
Горячий завтрак (старшие)						
Котлеты "Пожарские"	80		11,5	11,2	9	178
Макаронные изделия отварные (с м/р)	180		6,77	5,36	43,14	248
Напиток Лимонный	200		0,14		24,43	101
Хлеб ржано - пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:		48,00	19,16	16,74	82,8	560



Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-3...88

🌐 poelidovolen.ru



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

28 ноября 2022 года

1 день

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
Салат из квашеной капусты	100		1,6	5,1	8,24	88
Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.)	100		1,05	10,1	15,6	158
Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с маслом раст.	75		5,2	10,5	7,8	147
	сред.		2,15	7,57	11,78	125
1-ЫЕ БЛЮДА						
Суп гороховый с гречками, 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	75/5		20,2	19,4	0,32	257
Голень куриная запеченная в сливочном маринаде	90		22,7	33,0	1,8	391
	сред.		17,79	19,26	3,15	256
Лазанья с мясом	160		17,7	24,1	25,9	410
Буритос с курицей и сыром	170		20,4	33,3	28	496
Блинчики п/ф со сгущенным молоком	4шт/180/20		11,3	8,4	67	390
	сред.		16,47	21,93	40,30	432
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
	сред.		4,94	5,09	26,10	169
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,14	0,0	11,2	46
	сред.		0,07	0,01	9,60	39
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,3	15,38	79
	Итого-	73,00				

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК						
КОМПЛЕКС 1						
Спагетти отварные (с мас.растит.)	140		5,23	4,76	33,51	198
Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Итого:		8,30	6,25	4,97	50,5	274

Горячий завтрак (старшие)

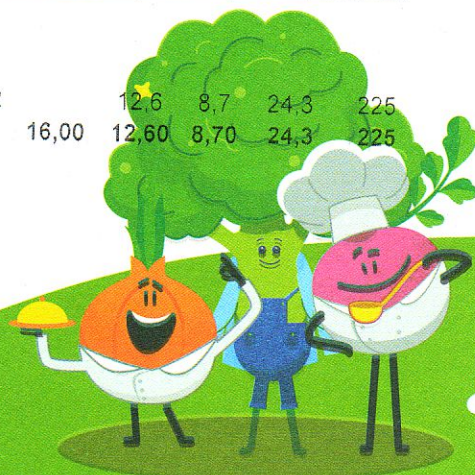
Суп гороховый с гречками, с фрикадельками из птицы	250/10/22		12,6	8,7	24,3	225
Итого:		16,00	12,60	8,70	24,3	225

Директор
Калькулятор
Зав. производством



☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

29 ноября 2022 года

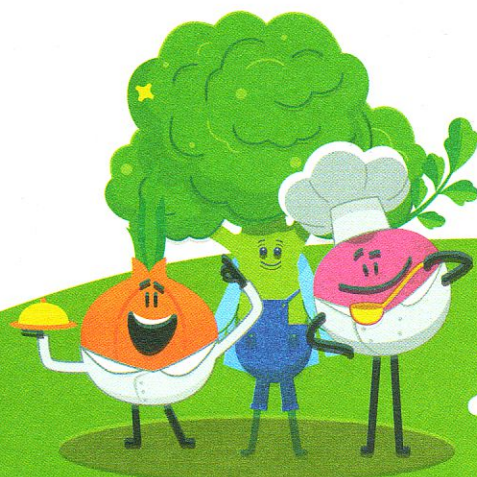
Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ВТОРНИК						
ЗАВТРАК						
Бутерброд с сыром, маслом (батон)	30/10/8		4,94	9,33	15,48	166
Каша вязкая молочная из кукурузной крупы с маслом	150/5		5,83	5,26	38,48	232
Чай с сахаром	200/8		0,02	0,01	7,99	32
Итого:		30,00	10,79	14,60	61,95	430
Горячее бесплатное питание младшие						
Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Блинчики со сгущенным молоком	45/10		2,19	2,52	13,5	85
Рагу из птицы	40/120		12,63	15,18	20,16	267
Напиток лимонный	200		0,14	0,01	24,43	101
Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35
Итого:	550	62,10	17,50	18,43	84,27	579
Горячий завтрак (старшие)						
Цыпленка запеченные	90		24,03	22,1	0,9	299
Рис отварной	180		4,6	6,5	48	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	63,55	633

Директор
Калькулятор
Зав. производством



☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

29 ноября 2022 года

Наименование блюд	выход	стоимос	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Бутерброд с сыром (с хлебом белым пшен.)	25/10		6,2	4,9	15,4	131
Салат "Столичный" с соусом Переменка	80		5,3	12,9	5,4	159
Салат "Мечта" (капуста белокоч., кукуруза, з/горошек, масло растит.)	100		2,08	15,24	6	170
Салат из отварной свеклы с маслом растит.	100		1,43	6,09	8,36	94
	сред.		3,10	7,92	9,38	122
1-ые БЛЮДА						
Борщ со свеж.капустой,картофелем,с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/5		3,9	8,2	12,8	142
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Бифштекс по-домашнему с соусом томатным	80/20		12,3	11,9	8,9	189
Рыба (филе) запеченая 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
Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
	сред.		15,54	13,90	3,89	201
Грудки куриные по-французски	180		17	29,0	16,9	397
Пельмени "Для Умников и умниц"отварные с маслом	160/5		19	16,3	33,5	357
	сред.		18,00	22,65	25,20	377
ГАРНИРЫ						
Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
Макаронные изделия отварные (с м/р)	180		6,77	5,4	43,13	248
Капуста тушеная	180		4,21	7,4	18	159
	сред.		5,19	6,43	36,38	225
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
Напиток из шиповника	200		0,01		10,2	41
	сред.		0,03	0,00	9,17	38
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,13	68
	Итого-	73,00				

Наименование блюд	Выход	Стоимос	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
ВТОРНИК						
КОМПЛЕКС 1						
Каша Геркулесовая вязкая	150		4	5,8	20	148
Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Итого:		8,30	5,02	6,01	36,99	224

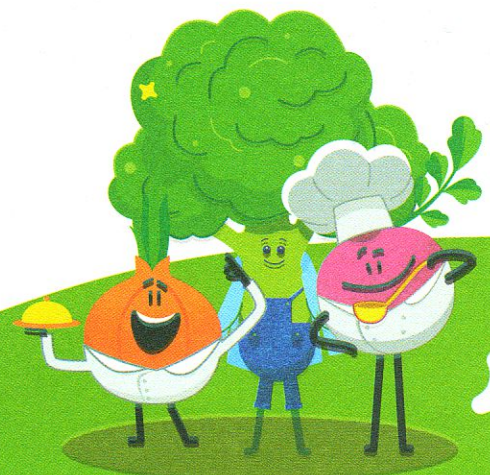
Горячий завтрак (старшие)						
Борщ с капустой,картофелем,с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/22/10		5,6	9,1	12,7	164
	Итого:	16,00	5,60	9,10	12,7	164



Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

30 ноября 2022 года

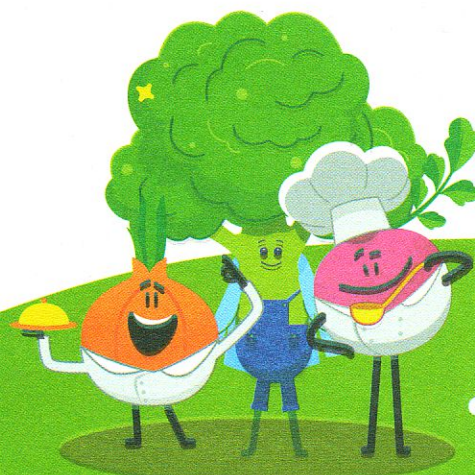
Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
СРЕДА						
ЗАВТРАК						
Бутерброд с маслом (батон)	30/10		2,33	8,12	15,5	145
Каша вязкая молочная из гречневой крупы с маслом	150/5		5,85	5,61	30,78	204
Чай с молоком	200/8		1,52	0,755	10,39	59
Итого:		30,00	9,70	14,49	56,67	408
Горячее бесплатное питание младшие						
Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Салат из моркови	60		0,63	6,04	9,34	95
Котлеты "Пожарские" с соусом томатным	80/10		8,35	6,71	0,2	95
Макаронные изделия отварные	150		5,60	5,06	35,91	212
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,13	0,02	11,15	46
Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Итого:	640	62,10	17,63	18,59	85,24	586
Горячий завтрак (старшие)						
Гуляш из куриных грудок	50/50		10	12,6	2,1	162
Пюре картофельное	130		2,84	4,0	19,1	127
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	13,61	16,75	35,85	354

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

30 ноября 2022 года

Наименование блюда	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, сахар, м/растит.)	100		1,55	5,1	9,41	91
Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с маслом раст.	75		5,2	10,5	7,8	147
Салат из моркови с яблоками	100		0,99	10,14	8,80	132
Винегрет овощной	100		1,22	10,16	7,17	126
	сред.		1,89	7,27	8,99	110
1-ые БЛЮДА						
Суп картофельный с вермишелью	250		2,86	3,1	20,9	123
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные с соусом томатным	80/20		11,8	13,6	7,91	200
Гуляш из куриных грудок	50/50		14,6	15,3	3,235	209
Рыба запеченная (филе)	75		17,3	10,0	3,3	171
Нагетсы куриные с соусом томатным	5шт/80/20		16,6	20,7	4,3	266
	сред.		15,08	14,90	4,69	212
Плов с говядиной	40/160		11,9	15,0	42,76	357
Рыбный киш	170		24,4	30,22	34,944	510
	сред.		18,13	22,61	38,85	434
ГАРНИРЫ						
Картофель запеченный (с паприкой)	180		4,2	9,9	34,1	242
Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,9	3,6	8,8	80
	сред.		4,10	6,36	23,10	165
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	41
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,3	15,38	79

Итого- 73,00

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

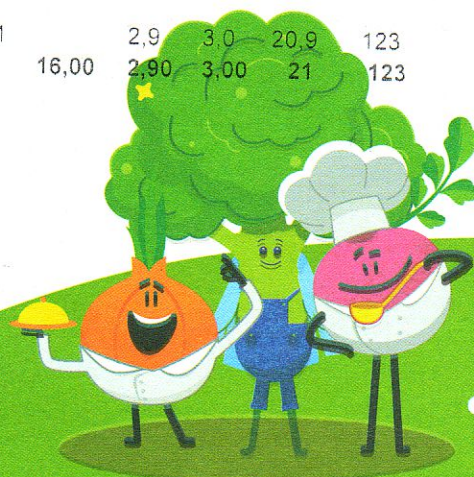
Горячий завтрак (старшие)

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

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

1 декабря 2022 года

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ЧЕТВЕРГ						
ЗАВТРАК						
Сырники "Классические" со сгущенным молоком	2 шт/70/10	18,92	5,42	20,6	210	
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,01	7,99	32	
Итого:	30,00	18,94	5,43	28,54	242	
Горячее бесплатное питание младшие						
Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	
Салат из свеклы отварной с маслом	60	0,85	3,65	5,02	56	
Плов с птицей	50/150	12,42	10,01	26,01	244	
Напиток из шиповника	200	0,10		10,18	41	
Печенье сдобное "Американер с кунжутом"	1 шт/15	0,5	1,62	5,25	38	
Хлеб ржано - пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	66	
Итого:	605	62,10	15,77	15,98	69,76	492
Горячий завтрак (старшие)						
Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом	150/5	17,8	15,5	31,5	337	
Компот из замороженной компотной смеси	200	0,12	0,03	11,6	48	
Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33	
Итого:	48,00	18,67	15,68	49,85	418	



Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

1 декабря 2022 года

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Салат "Прага" (грудки курицы, морковь отвар., огурцы солён., м/раст.)	80		5,2	7,2	1,70	92
Салат картофельный с огурцами, зелёным горошком	100/5		1,46	5,3	9,83	93
Салат "Здоровье" (морковь, свекла, з/горошек, яблоки)	100		1,3	10,1	7,2	126
Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
	сред.		2,17	6,95	9,20	109
1-ые БЛЮДА						
Щи из свеж.капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/10		3,33	6,4	7,56	128
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
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
	сред.		17,19	16,53	4,63	236
Гречка с фаршем и овощами	200		18,1	15,1	48	400
Буритос с курицей и сыром	170		20,4	33,3	28	496
	сред.		19,25	24,20	38,00	448
ГАРНИРЫ						
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
	сред.		4,91	7,02	37,11	232
НАПИТКИ						
Чай чёрный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
Компот из замороженной вишни	200		0,14	0,0	11,2	46
	сред.		0,10	0,01	9,67	40
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91

Итого- 73,00

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
ЧЕТВЕРГ						
КОМПЛЕКС 1						
Каша полбяная вязкая	140		3,4	4,3	18,1	125
Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Итого:		8,30	4,42	4,51	35,1	201

Горячий завтрак (старшие)

Щи из свеж.капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/22/10		5,6	9,7	9,8	149
Итого:		16,00	5,60	9,70	9,80	149

Директор
Калькулятор
Зав. производством



☎ 8(800)234-13-88

🌐 poelidovolen.ru



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

2 декабря 2022 года

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПЯТНИЦА						
ЗАВТРАК						
Масло сливочное порциями	10		0,08	7,25	0,13	66
Макаронные изделия отварные с сыром	150		8,99	8,21	32,12	239
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,14	34
Батон	20		1,50	0,58	10,28	52
Итого:	30,00		10,63	16,05	50,67	391
Горячее бесплатное питание младшие						
Салат из моркови с яблоками	60		0,59	6,08	5,27	79
Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,56	8,42	10,23	155
Пюре картофельное	150		3,28	4,65	22,02	146
Компот из замороженной вишни	200		0,12	0,03	11,57	48
Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Итого:	550	62,10	16,07	19,54	67,93	519
Горячий завтрак (старшие)						
Бифштекс по-домашнему	80		12,27	11,9	8,9	189
Каша гречневая вязкая	150		3,5	4,6	22,03	144
Чай с сахаром	200/8		0,02	0,001	7,9	32
Хлеб ржано - пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:	48,00	16,54	16,69	45,58	398	

Директор
Калькулятор
Зав. производством



☎ 8(800)234-35-88

🌐 poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

2 декабря 2022 года

Наименование блюд	выход	стоимос	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Салат "Бурячок" (свекла отвар., яблоки, кукуруза консер., масло раст.)	100		1,5	8,6	9	121
Салат "Столичный" с соусом Переменка	80		5,3	12,9	5,4	159
Салат "Витаминный" (капуста б/коч., морковь, яблоки, сахар, м/растит.)	100		1,21	5,2	10,9	96
Бутерброд с сыром (с хлебом белым пшен.)	25/10		6,2	4,9	15,4	131
	сред.		2,94	6,42	10,49	113
1-ые БЛЮДА						
Суп картофельный	250		2,52	3,0	19,9	117
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Рыба (филе) запеченная 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
Шашлык из куриных грудок (на шампуре)	90		17,2	15,4	1,10	210
Сосиски отварные	2шт/100		10,4	20,1	0,8	226
Грудка куриная в томатном соусе	50/50		9,9	10,6	3,6	150
	сред.		13,29	13,59	3,34	188
Азу с говядиной	50/150		17,2	21,1	18,8	334
Сырники "Классические" со сгущенным молоком	3шт/105/20		28,7	8,6	33,6	331
	сред.		22,95	14,85	26,20	333
ГАРНИРЫ						
Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,46	175
Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Капуста тушеная	180		4,21	7,4	18	159
	сред.		4,12	6,20	23,62	169
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,14	0,0	11,2	46
	сред.		0,07	0,01	9,60	39
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,13	68
Итого-	73,00					

Наименование блюд	Выход	Стоимос	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
ПЯТНИЦА						
КОМПЛЕКС 1						
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	20		1	0,2	9	44
Итого:		8,30	4,96	4,91	39,59	224

Горячий завтрак (старшие)

Суп картофельный с фрикадельками из птицы

Итого:

250/11

16,00 4,34 4,60 19,8 139



Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-43-88

poelidovolen.ru

