

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

15 ноября 2021 года

Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

ПОНЕДЕЛЬНИК

(Комплекс 1)

Блинчики (п/ф) со сгущенным молоком
Какао с молоком

2 шт/90/20	6,39	5,048	39	228
200	3,97	2,1	25,168	145
30,00	10,36	7,15	64,17	373

(Комплекс 2)

Бутерброд с сыром (батон)
Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом
Какао с молоком

35/15	6,57	5,005	17,99	144
150/5	4,6	5,08	32,55	201
200	3,97	2,1	25,168	145
30,00	15,14	12,19	75,71	490

Горячее бесплатное питание младшие

Сыр порциями
Ёжики мясные с рисом в соусе томатном (п/ф)
Макаронные изделия отварные
Напиток яблочный
Хлеб ржано - пшеничный
Хлеб пшеничный

30	5,09	5,98		105
60/40	7,01	9,78	4,78	152
150	4,64	4,47	42,95	170
200	0,10	0,10	16,40	74
20	1	0,2	9	44
30	2,28	0,24	14,76	71
53.41	20,12	20,77	87,89	616

Горячий завтрак (старшие)

Суп Любительский с мясными фрикадельками п/ф
Вак-балиш с мясом и рисом
Чай с сахаром, лимоном
Хлеб ржано-пшеничный

250/22	6,12	6,05	18,80	177	
90	9,4	12,50	29,5	270	
200/8/5	0,07	0,0	8,14	34	
27	1,35	0,27	12,2	59	
Итого:	48.00	16.96	18.83	68.6	540



Директор
Калькулятор
Зав. производством

#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@DEPARTAMENT_PRODOLSTVIYA



Меню

15 ноября 2021 года

1 день

Наименование блюд

выход стоимость белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Салат "Мечта" (капуста свеж, кукуруза, зел.горошек, масло растительное)	70	1,45	10,67	4,2	119
Салат из моркови с яблоками (морковь, яблоки, сахар, масло раст.)	100	0,99	10,1	8,78	132
Сыр порционн	20	5,26	5,3		70
сред.		2,57	8,71	4,33	107

1-ЫЕ БЛЮДА

Суп Любительский с гречневой крупой	250	2,53	3,0	18,57	112
-------------------------------------	-----	------	-----	-------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Говядина тушёная	50/30	15,7	17,3	1,53	224
Ёжики мясные (п/ф) в томатном соусе	120/50	18,8	21,3	16,5	333
Горбуша по-Московски	85/20	21,4	14,9	1,94	227
Грудки куриные запеченные с сыром, томатом	85/10	24,1	26,8	0,3	340
сред.		19,98	20,06	5,06	281

ГАРНИРЫ

Каша гречневая рассыпчатая	150	6,6	5,4	41,9	242
Картофель запечённый	90	2,1	4,9	17	121
сред.		4,35	5,2	29,46	182

НАПИТКИ

Чай черный, зелёный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
Компот из свежих яблок	200	0,08	0,1	11,9	49
сред.		0,04	0,04	9,97	41

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15	1,89	0,3	14,1	68
---	-------	------	-----	------	----

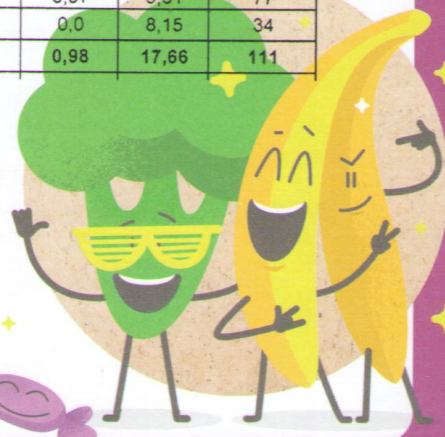
Итого с самост.бл	73,00	28,48	48,20	61,31	800
Итого- юдом-	73,00	28,83	34,25	62,94	678

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
КОМПЛЕКС 1						
Макароньы отварные (с мас.растит.)	150		5,60	5,07	35,90	212
Кисель из концентрата	200				13,1	53
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Итого:		8,00	6,60	5,27	58,0	309
КОМПЛЕКС 2						
Салат из моркови с яблоками	50		0,50	5,07	4,39	66
Чай с сахаром	200/8				14,97	60
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Итого:		8,00	1,50	5,27	28,36	170
КОМПЛЕКС 3						
Печенье сдобное Мягкое	1шт/15		0,22	0,97	9,51	77
Чай с сахаром, лимон	200/8/7		0,1	0,0	8,15	34
Итого:		8,00	0,28	0,98	17,66	111



Директор
Калькулятор
Зав. производством

#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN

@DEPARTAMENT_PRODovolSTVIYA

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

16 ноября 2021 года

Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

ВТОРНИК

(Комплекс 1)

Вареники с творогом, сгущенным молоком

8шт/160/20

22,09

8,04

48,36

358

Чай с сахаром, лимоном

200/8/5

0,06

0,01

8,14

34

Итого:

30,00

22,15

8,05

56,50

392

(Комплекс 2)

Бутерброд с сыром, маслом (батон)

35/20/10

8,04

13,62

17,62

227

Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом

150/5

5,917

5,565

25,06

181

Чай с сахаром, лимоном

200/8/5

0,07

0,01

8,14

34

Итого:

30,00

14,02

19,20

50,82

442

Горячее бесплатное питание младшие

Фрукты свежие (яблоки)

120

0,48

0,48

11,76

56

Салат из белокочанной капусты

80

1,24

3,06

7,52

72

Плов из птицы (грудки куриные)

40/120

14,30

16,22

29,63

324

Напиток из шиповника

200

0,012

0,001

10,18

41

Хлеб ржано - пшеничный

20

1

0,2

9

44

Хлеб пшеничный

30

2,28

0,24

14,76

71

Итого:

53,41

18,85

20,20

82,85

608

Горячий завтрак (старшие)

Борщ Сибирский с мясными фрикадельками п/ф, сметаной

250/22/5

5,83

8,7

13,68

158

Маффин Лимонный

50

3,2

10,4

29,8

211

Кисель

200

13,1

53

Хлеб ржано-пшеничный

28

1,4

0,28

12,6

62

Итого:

48,00

10,43

19,33

69,2

484



Директор
Калькулятор
Зав. производством

#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@DEPARTAMENT_PRODOVOLSTVIYA



АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

16 ноября 2021 года

2 день

Наименование блюд

выход стоимость белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Фрукты свежие (яблоки)	130	0,52	0,52	12,7	61
Салат Столичный (грудки курин, картофель, огурцы солен, яйцо, соус Перемен.)	65	4,30	10,48	4,39	130
Салат из квашеной капусты (квашеная капуста, лук, сахар, масло растит.)	75	1,19	3,8	6,18	66
сред.		2,00	4,93	7,77	86

1-ые БЛЮДА

Борщ Сибирский с фрикадельками из птицы (п/ф) со сметаной	200/11/10	3,90	5,9	10,68	112
---	-----------	------	-----	-------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Фрикассе из куриных грудок	70/50	20,9	23,4	4,36	314
Бифштекс рубленый по-домашнему п/ф, цветная капуста отварная (доп. гарнир)	90/25	14,3	14,1	9,74	220
Горбуша запечённая с сыром (филе)	80/10	21,1	13,2	2,82	215
сред.		18,73	16,88	5,64	250

ГАРНИРЫ

Макароны отварные с маслом	180/3	6,8	7,5	43,2	268
Капуста тушёная	100	2,35	4,1	10	88
сред.		4,58	5,8	26,58	178

НАПИТКИ

Чай пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/7	0,06	0,0	8	34
Напиток из замороженной чёрной смородины	200	0,1	0,04	10,7	44
сред.		0,08	0,03	9,36	39

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15	1,89	0,3	14,1	68
---	-------	------	-----	------	----

Итого с самост. бл юдом-	73,00	42,87	17,33	80,66	662
Итого-	73,00	27,28	27,95	63,47	621

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
КОМПЛЕКС 1						
Пюре из бобовых с маслом (горох)	150/2		17,3	2,7	36,1	237
Чай с сахаром	200/8				14,97	60
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
Итого:		8,00	18,02	2,80	57,82	330
КОМПЛЕКС 2						
Салат из белокочанной капусты с маслом раст.	60		1,20	3,60	7,20	67
Кисель из концентрата	200				13,1	53
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Итого:		8,00	2,20	3,80	29,30	164
КОМПЛЕКС 3						
Печенье весовое	3шт/42		3,6	4,7	29,76	201
Кисель из концентрата	200				13,1	53
Итого:		8,00	3,60	4,70	42,86	254



Директор
Калькулятор
Зав. производством

#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@DEPARTAMENT_PRODovolSTVIYA

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

17 ноября 2021 года

Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

СРЕДА

(Комплекс 1)

Десерт фруктовый (яблоки)	80	0,32	0,32	7,84	38
Каша вязкая молочная из ячневой крупы с маслом	150/5	5,59	5,18	29,71	195
Кофейный напиток с молоком	200	3,30	1,51	29,1	152
Батон	20	1,5	0,58	10,28	52
Итого:	30,00	10,71	7,59	76,93	437

(Комплекс 2)

Бутерброд с маслом (батон)	35/15	2,81	11,92	17,65	190
Каша вязкая молочная из манной крупы с маслом	150/5	5,72	5,08	31,64	202
Кофейный напиток с молоком	200	3,30	1,51	29,1	152
Итого:	30,00	11,83	18,51	78,39	544

Горячее бесплатное питание младшие

Салат из моркови	60	0,63	6,04	9,34	95
Картофель тушеный с фаршем	180	15,69	12,53	38,82	316,3
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,01	7,99	32
Хлеб ржано - пшеничный	25	1,25	0,25	11,25	55
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
Итого:	53,41	19,87	19,07	82,16	569

Горячий завтрак (старшие)

Суп картофельный с вермишелью, с фрикадельками из птицы п/ф	250/22	6,7	6,2	21,1	167
Пицца с курицей и сыром	85	14,90	17,60	30	340
Чай с сахаром	200/8	0,02	0	7,9	32
Хлеб ржано-пшеничный	20	1	0,2	9,0	44
Итого:	48,00	22,62	24,00	68	583



Директор
Калькулятор
Зав. производством



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@DEPARTAMENT_PRODovolSTVIYA

#poelidovolen



АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

17 ноября 2021 года

3-ий день

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
Плоды свежие (яблоки)	130		0,52	0,52	12,7	61
Салат Пёстрый (свекла, яблоки, сахар, масло раст) с яйцом	100/0,5шт		4,28	8,04	11,16	135
Салат из фасоли и кукурузы с сыром, сухариками	60		4,4	9,0	6,69	126
	сред.		3,07	5,85	10,20	107

1-ые БЛЮДА

Суп картофельный с вермишелью	250/11		4,75	4,7	21	146
с фрикадельками из птицы (п/ф)						

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Котлеты "Школьные" (п/ф), европейская смесь отварная (доп. гарнир)	90/45		13	12,4	14	218
Цыплята запечённые	110		29,1	31,9	0,08	404
Говядина со стручковой фасолью	40/30		12,2	15,4	2,4	198
Горбуша запечённая с овощами	75/30		15,9	10,9	3,13	175
	сред.		17,56	17,66	4,90	249

Блинчики (п/ф) со сгущённым молоком	5шт/225/45		15,6	12,2	94,7	553
	сред.		15,60	12,19	94,70	553

ГАРНИРЫ

Пюре картофельное	120		2,63	3,7	17,6	116
Рис отварной с овощной смесью (мексик. смесь с красной фасолью)	180		6,4	8,0	52	303
	сред.		4,52	5,87	34,80	210

НАПИТКИ

Чай черный, зелёный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Напиток лимонный	200		0,14	0,0	24,4	101
	сред.		0,07	0,01	16,22	67

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный	20/15		2,14	0,3	16,4	79
--------------------------------------	-------	--	------	-----	------	----

Итого с самост. бл юдом-	73,00	20,88	18,37	137,5	806
Итого-	73,00	27,35	29,70	82,50	711

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
КОМПЛЕКС 1						
Каша гречневая вязкая	130		3,03	4,02	19,0927	125
Чай с сахаром	200/8				14,97	60
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
Итого:		8,00	3,78	4,17	40,81	218
КОМПЛЕКС 2						
Салат "Пёстрый" (свекла, яблоки, сахар, м/раст.)	60		0,75	3,08	7,35	60
Чай с сахаром	200/8				14,97	60
Хлеб ржано-пшеничный	15		1	0,2	9	44
Итого:		8,00	1,75	3,28	31,32	164
КОМПЛЕКС 3						
Печенье Бакинское курабье	1шт/15		0,44	1,94	19,02	145
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,1	0,0	11,2	46
Итого:		8,00	0,58	1,96	30,22	191



Директор
Калькулятор
Зав. производством

#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@DEPARTAMENT_PRODovolSTVIYA

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

18 ноября 2021 года

Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

ЧЕТВЕРГ

(Комплекс 1)

Плоды свежие (яблоки) 1 шт/60
Блинчики (п/ф) с абрикосовой начинкой 200/8
Чай с сахаром

Итого: 30,00 3,80 1,39 38,35 184

(Комплекс 2)

Бутерброд с сыром (батон) 25/20
Макароны отварные с сыром, маслом сливочным 150/5
Чай с сахаром 200/8

Итого: 30,00 16,19 17,88 53,00 440

Горячее бесплатное питание младшие

Салат "Витаминный" (капуста, морковь, яблоки, сахар, масло) 60
Гуляш из филе грудок индейки 45/45
Каша гречневая рассыпчатая 150
Напиток лимонный 200
Хлеб ржано - пшеничный 20
Хлеб пшеничный 30

Итого: 53,41 20,20 18,76 87,87 583

Горячий завтрак (старшие)

Суп из овощей с мясными фрикадельками п/ф, сметаной 250/22/10
Корж Молочный 50
Напиток из шиповника 200
Хлеб ржано-пшеничный 32

Итого: 48,00 10,41 15,22 70,10 454



Директор
Калькулятор
Зав. производством



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@DEPARTAMENT_PRODovolSTVIYA

#poelidovolen



АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

18 ноября 2021 года

4 день

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
Плоды свежие (яблоки)	130		0,52	0,52	12,7	61
Салат Витаминный (капуста, морковь, яблоки, сахар, м/раст) с яйцом	100/0,5шт		4,38	8,04	11,08	135
Бутерброд с сыром, маслом	30/10/10		5	10,8	15,1	179
сред.			3,30	6,45	12,98	125

1-ые БЛЮДА

Суп из овощей с мясными фрикадельками (п/ф)	200/11		3,24	5,7	9,1	101
---	--------	--	------	-----	-----	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Гуляш из филе грудок индейки	60/60		17,3	26,3	4,08	322
Горбуша запечённая	90		20,8	11,9	3,9	205
сред.			19,00	19,08	3,99	264
Плов с говядиной	50/180		19,6	22,3	48,1	472
сред.			20,58	28,76	38,85	499

ГАРНИРЫ

Каша гречневая вязкая	180		4,19	5,6	26,4	173
Пюре гороховое с маслом	180/5		20,7	5,1	43,3	302
сред.			12,47	5,32	34,87	238

НАПИТКИ

Чай пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/7		0,06	0,0	8	34
Напиток с витаминами "Витошка"	200				14,6	59
сред.			0,03	0,01	11,28	47
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный	25/25		3,15	0,5	23,6	114

Итого с самост.бл юдом-	73,00	27,06	35,67	86,65	784
Итого-	73,00	37,95	31,30	86,66	787

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
КОМПЛЕКС 1						
Каша рисовая вязкая	150		2,14	4,10	22,24	135
Чай с сахаром	200/8				14,97	60
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
Итого:		8,00	2,89	4,25	44,0	228
КОМПЛЕКС 2						
Салат Витаминный (капуста, морковь, яблоки, сахар, м/раст.)	60		0,75	3,08	6,53	58
Чай с сахаром	200/8				14,97	60
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
Итого:		8,00	1,50	3,23	28,25	151
КОМПЛЕКС 3						
Печенье весовое	3шт/42		3,6	4,7	29,76	201
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,1	0,0	15,2	62
Итого:		8,00	3,68	4,71	44,96	263



Директор
Калькулятор
Зав. производством

#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@DEPARTAMENT_PRODVOVOLSTVIYA

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

19 ноября 2021 года

Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

ПЯТНИЦА

(Комплекс 1)

Сырники "Классические" со сгущенным молоком	2шт/70/15	19,3	5,84	23,3	226
Чай с молоком	200/8	1,52	0,755	10,389	59
Итого:	30,00	20,80	6,60	33,71	285

(Комплекс 2)

Бутерброд с сыром, маслом (батон)	30/15/10	6,27	12,11	15,5	197
Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с маслом	150/5	6,6	5,24	33,07	215
Чай с молоком	200/8	1,52	0,755	10,389	59
Итого:	30,00	14,39	18,11	58,96	471

Горячее бесплатное питание младшие

Салат из моркови с яблоками	60	0,59	6,08	5,27	79
Тефтели из говядины в соусе томатном (п/ф)	70/50	7,01	9,78	11,78	172
Пюре картофельное	150	7,38	4,36	31,03	160,2
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,01	7,99	32
Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
Итого:	53,41	18,28	20,67	79,83	558,2

Горячий завтрак (старшие)

Суп картофельный с фрикадельками из птицы п/ф	250/22	6,2	4,1	20,9	145
Маффин Шоколадный	50	3,2	10,4	29,8	211
Кисель	200			13,1	53
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,25	0,25	11,3	55
Итого:	48,00	10,65	14,75	75,1	464



Директор
Калькулятор
Зав. производством

#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@DEPARTAMENT_PRODOLSTVIYA



0,1	0,0	11,2	46
1,49	4,69	19,90	119



Меню



МБОУ «Гимназия №9»
6 день
СУББОТА

20 ноября 2021 года

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

Сосиски отварные	100	10,4	20,1	0,8	226
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,8	9,0	43,2	281
Сок в ассортименте разливной 1л	200	1	0,2	20,2	92
Маффин лимонный	50	3,1	11,8	29,3	236
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный	15/15	1,89	0,3	14,1	68
Итого-	73,00	23,19	41,36	107,6	903



Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
КОМПЛЕКС 1						
Спагетти отварные (с мас.растит.)	150		5,60	5,07	35,90	212
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,1	0,0	15,2	62
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Итого:		8,00	6,68	5,28	60,1	318
КОМПЛЕКС 2						
Бутерброд с сыром (хлеб белый 1с)	20/10		4,15	2,80	9,80	82
Чай с сахаром	200/8				14,97	60
Итого:		8,00	4,15	2,80	24,77	142
КОМПЛЕКС 3						
Печенье сдобное "Шоколадное"	1шт/15		1,6	5,2	9,6	67
Кисель из концентрата	200				13,1	53
Итого:		8,00	1,60	5,20	22,70	120



Директор
Калькулятор
Зав. производством

#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@DEPARTAMENT_PRODOLSTVIYA