

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

20 декабря 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 полбяной крупы с маслом	150/5	5,91	5,56	25,05	181	
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5	0,06	0,01	8,14	34	
Итого:	30,00	10,91	14,90	48,67	381	

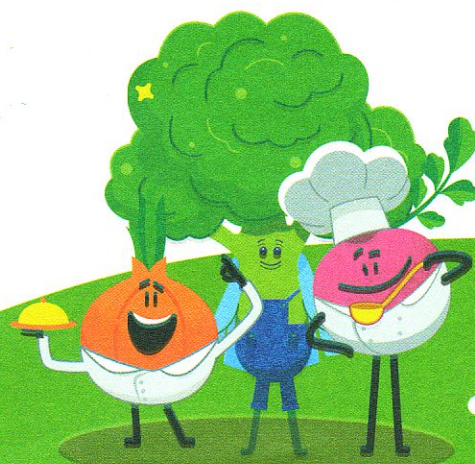
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56	
Сосиски отварные	2шт/100	10,4	20,1	0,8	226	
Спагетти отварные (с м/р)	180	6,77	5,4	43,14	248	
Сок в ассортименте разливной 1л	200	1,35	0,27	12,15	59	
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	66	
Итого-	73,00	20,50	26,51	81,35	655	
Горячий завтрак (старшие)						
Тефтели из говядины в соусе томатном	70/40	10,2	10,8	8,5	173	
Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173	
Напиток яблочный	200	0,1	0,1	26,4	108	
Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9,0	44	
Итого:	48,00	15,50	16,67	70,31	498	

Директор
Калькулятор
Зав. производством



☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

2 день

Наименование блюд

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
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
Салат "Мечта" (капуста белокоч., кукуруза, з/горошек, масло растит.)	100		2,08	15,24	6	170
Салат "Столичный" с соусом Переменка	80		5,3	12,9	5,4	159

1-ые БЛЮДА

Борщ со свеж. капустой, картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/10		3,9	8,2	12,8	142
---	-----------	--	-----	-----	------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
Шашлычок из куриных грудок (на шампуре) с соусом Переменка	90/10		22	30,1	1,70	365
Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
сред.	16,07	17,20	4,12	235		

Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом	160/5		19	16,3	33,5	357
Жаркое из птицы (грудки куриные)	50/150		16,1	16	21,5	295
сред.	17,55	16,15	27,50	326		

ГАРНИРЫ

Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,46	175
Спагетти отварные (с маслом растит.)	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		

НАПИТКИ

Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,14	0,0	11,15	46
сред.	0,07	0,01	9,58	39,00		

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91
Итого-	73,00					

Наименование блюд	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ВТОРНИК						
КОМПЛЕКС 1						
Каша пшённая 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)

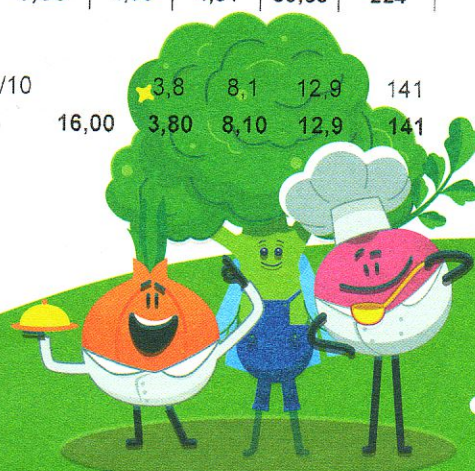
Борщ с капустой, картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	250/11/10		3,8	8,1	12,9	141
---	-----------	--	-----	-----	------	-----

Итого: 16,00 3,80 8,10 12,9 141

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

21 декабря 2022 года

Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
СРЕДА						
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	200/8		0,02	0,01	7,99	32
Батон	28		2,10	0,81	14,39	73
Итого:		30,00	11,19	16,28	54,63	410

Горячее бесплатное питание младшие

Салат из моркови	60		0,63	6,04	9,34	95
Плов с говядиной	40/150		11,62	13,59	40,09	341
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,13	34
Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Итого:	503	62,10	14,83	20,00	76,40	561

Горячий завтрак (старшие)

Запеканка 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	15		0,75	0,15	6,8	33
Итого:		48,00	13,07	15,65	38,15	346

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

3-ий день

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 из квашеной капусты	100		1,6	5,1	8,24	88
Винегрет овощной	100		1,22	10,16	7,17	126
Салат "Прага" (грудки курин., морковь отвар., огурцы солен., м/раст.)	80		5,2	9,5	1,50	113
Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.)	100		1,05	10,1	15,6	158
	сред.		1,91	7,06	8,85	108

1-ые БЛЮДА

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

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Котлеты "Пожарские"	90		11,5	9,9	9,6	172
Медальоны из куриных грудок с сыром, томатом	75/5		20,4	20,3	2,7	277
Рыба запеченная (филе)	75		17,3	10,0	3,3	171
Нагетсы куриные	5шт/80		16,3	19,7	2,82	250
	сред.		16,37	14,98	4,61	218
Запеканка картофельная с мясом	200		14,4	18,3	27,667	331
Плов с говядиной	40/160		11,9	15,0	42,76	357
	сред.		13,17	16,67	35,21	344

ГАРНИРЫ

Картофель запеченный (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
	сред.		12,70	20,00	90,9	591,00

НАПИТКИ

Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Напиток Лимонный	200		0,14		24,43	101
	сред.		0,07	0,00	16,22	67

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,13	68
---	-------	--	------	-----	-------	----

Итого- 73,00

Наименование блюд	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
СРЕДА						
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	35,09	201

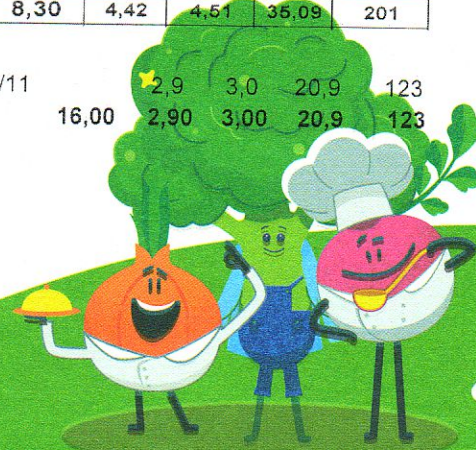
Горячий завтрак (старшие)

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

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

22 декабря 2022 года

Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

ЧЕТВЕРГ

ЗАВТРАК

Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
Каша вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом	150/5		6,35	6,8	28,53	208
Чай с молоком	200/8		1,52	0,755	10,39	59
Батон	23		1,72	0,66	11,82	60
Итого:		30,00	13,53	12,21	50,74	380

Горячее бесплатное питание младшие

Фрукты 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	50/50		8,00	8,60	1,80	117
Каша гречневая рассыпчатая	150		6,62	5,39	41,87	242
Напиток из шиповника	200		0,10		10,18	41
Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35
Итого:	645	62,10	18,11	18,36	85,05	582

Горячий завтрак (старшие)

Сосиски отварные	2шт/100		8,92	9,51	2,39	136
Макаронные изделия отварные (с м/р)	150		5,60	5,10	36,00	212
Компот из свежих плодов (яблоки)	200		0,08	0,1	11,9	49
Хлеб ржано - пшеничный	20		1	0,2	9,0	44
Итого:		48,00	15,60	14,89	59,3	441

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

4 день

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 картофельный с солён.огурцами, зелёным горошком	100/5		1,46	5,3	9,83	93
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.		1,79	6,89	10,94	114

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

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

Макаронник с мясом (запечённый), с маслом	180/3		16,7	36	30,2	512
Буритос с курицей и сыром	180		21,6	35,3	29,6	525
	сред.		19,15	35,65	29,90	519

ГАРНИРЫ

Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Макаронные изделия отварные (с м/р)	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, лимоном	200/8/7		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	20/20		2,52	0,4	18,84	91
---	-------	--	------	-----	-------	----

Итого- 73,00

Наименование блюд	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ЧЕТВЕРГ						
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)

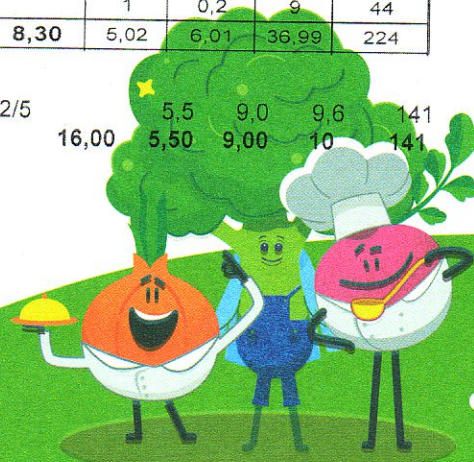
Щи из свеж.капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/22/5		5,5	9,0	9,6	141
--	----------	--	-----	-----	-----	-----

Итого: 16,00 5,50 9,00 10 141

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

23 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
Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом	150/5		4,6	5,08	32,55	201
Чай с молоком	200/8		1,52	0,755	10,39	59
Батон	30		2,25	0,87	15,42	79
Итого:		30,00	8,45	13,96	58,49	405

Горячее бесплатное питание младшие

Блинчики со сгущенным молоком	45/10		3,19	2,52	19,5	114
Биточки рыбные, огурец соленый (доп. гарнир)	65/25		9,5	8,3	4,8	132
Пюре картофельное	150		3,28	4,66	22,03	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:	535	62,10	18,61	15,87	76,74	531

Горячий завтрак (старшие)

Цыплята запечённые	100		26,7	24,5	1	332
Рис отварной	150		3,8	5,4	40	224
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	31,27	30,05	55,65	621

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

5 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 сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
Салат "Витаминный" (капуста б/коч., морковь, яблоки, сахар, м/растит.)	100		1,21	5,2	10,9	96
Винегрет овощной	100		1,22	10,16	7,17	126
Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.)	100		1,05	10,1	15,6	158
сред.	сред.		2,03	6,16	12,17	113
1-ые БЛЮДА						
Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5		2,42	6,1	17,1	134
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
Шашлычок из куриных грудок (на шампуре) с соусом Переменка	90/10		22	30,1	1,70	365
Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные	90		16,5	15,0	6,6	225
Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
сред.	сред.		17,80	18,35	3,46	249
Сырники "Классические" со сгущенным молоком	3шт/105/25		26,3	28,9	44,1	366
Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом Переменка	160/20		19	23,7	34,3	427
сред.	сред.		22,65	26,30	39,20	397
ГАРНИРЫ						
Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
Пюре картофельное	150		3,28	4,7	22,03	146
сред.	сред.		3,94	5,58	35,02	208
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,14	0,0	11,15	46
сред.	сред.		0,07	0,01	9,58	39
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,13	68
Итого-	Итого-	73,00				

Наименование блюд	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПЯТНИЦА						
КОМПЛЕКС 1						
Спагетти отварные (с мас.растит.)	150		5,60	5,07	35,90	212
Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
Итого:		8,30	6,37	5,23	50,64	277

Горячий завтрак (старшие)

Рассольник Ленинградский с фрикадельками из птицы, со сметаной

250/11/5

Итого:

4,3	8,4	17,5	163
16,00	4,30	8,40	17,5
			163

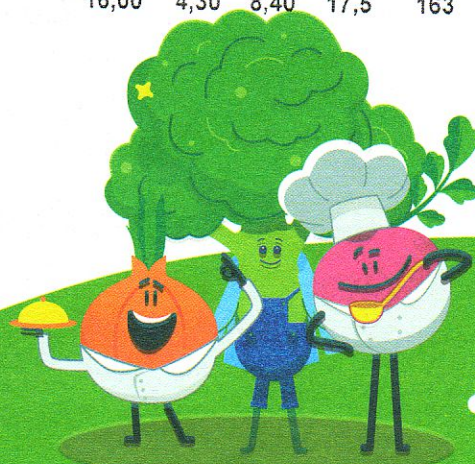
Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



poelidovolen.ru



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

24 декабря 2022 года

6 день

СУББОТА

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
Сосиски отварные	2шт/100	10,4	20,1	0,8	226
Спагетти отварные (с м/р)	180	6,77	5,4	43,14	248
Сок в ассортименте разливной 1л	200	1,35	0,27	12,15	59
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,5	0,3	13,5	66
Итого-	73,00	20,50	26,51	81,35	655

КОМПЛЕКС 1					
Каша гречневая вязкая	140	3,27	4,33	20,56	134
Чай с сахаром	200/8	0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	15	0,75	0,15	6,75	33
Итого:	8,30	4,04	4,49	35,3	199

Завтрак (старшие)

Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом	160/5	19	16,3	33,5	357
Компот из замороженной компотной смеси	200	0,12	0,03	11,6	48
Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9,0	44
Итого:	48,00	20,12	16,53	54,10	449

Наименование блюд	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПЯТНИЦА						
КОМПЛЕКС 1						
Спагетти отварные (с мас.растит.)	150		5,60	5,07	35,90	212
Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
Итого:		8,30	6,37	5,23	50,64	277

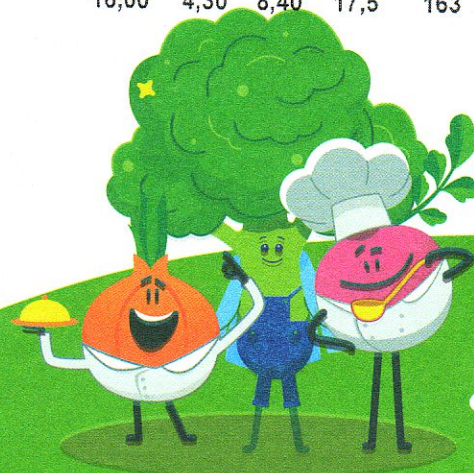
Горячий завтрак (старшие)

Рассольник Ленинградский с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/5	4,3	8,4	17,5	163
Итого:	16,00	4,30	8,40	17,5	163

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»