

Меню



МБОУ «Гимназия №9»

24 октября 2022 года

Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

ПОНЕДЕЛЬНИК

ЗАВТРАК

Блинчики (п/ф) со сгущенным молоком
Чай с сахаром, лимоном

2 шт/90/25	6,75	5,47	41,77	244
200/8/7	0,08	0,01	8,19	34
30,00	6,83	5,48	49,96	278

Горячее бесплатное питание младшие

Салат из свежих помидоров (с луком)
Бифштекс рубленый по - домашнему с соусом томатным
Макаронные изделия отварные
Чай с сахаром
Печенье сдобное "Американер с кунжутом"
Хлеб ржано - пшеничный

	60	0,67	3,71	2,77	48	
ТНМ	80/10	10,15	6,36	8,13	131	
	150	5,60	5,06	35,91	212	
	200/8	0,01		10,17	41	
	1 шт/15	1,21	3,62	10,25	78	
	25	1,25	0,25	11,25	55	
Итого:	548	62,10	18,89	19,00	78,48	565

Горячий завтрак (старшие)

Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)
Рис отварной
Чай с сахаром
Хлеб ржано - пшеничный

75	14,3	12,8	0,95	175	
150	3,83	5,4	40	224	
200/8	0,02	0,001	7,9	32	
15	0,75	0,15	6,8	33	
Итого:	48,00	18,90	18,35	55,60	464

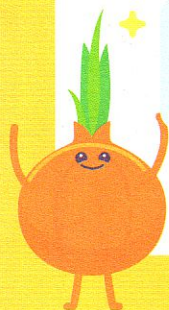
Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



@depta.kzn



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

24 октября 2022 года

1 день

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Бутерброд с маслом (батон)	30/15		2,4	11,7	15,50	178
Овощи натуральные свежие (помидоры)	75		0,83	0,2	2,85	18
Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, сахар, м/растит.)	100		1,55	5,1	9,41	91
Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками	80		5,89	12,0	8,912	168
сред.		2,23	5,88	9,69		102

1-ые БЛЮДА

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

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
Рыба (филе) по-Московски	70/20		18	13,8	2	204
Грудка куриная в томатном соусе	60/40		2,2	12,1	2,9	170
сред.		9,92	12,11	4,71		181
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	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	15/15		1,89	0,3	14,13	68

Итого- 73,00

Наименование блюд	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Угл-дь	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК						
КОМПЛЕКС 1						
Макароны 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	10		0,5	0,1	4,5	22
Итого:		8,30	5,75	4,87	46,00	252

Суп картофельный с горохом, с фрикадельками из птицы	250/22		9,4	8,5	19,7	193
Итого:		16,00	9,40	8,50	19,7	193

Директор
Калькулятор
Зав. производством

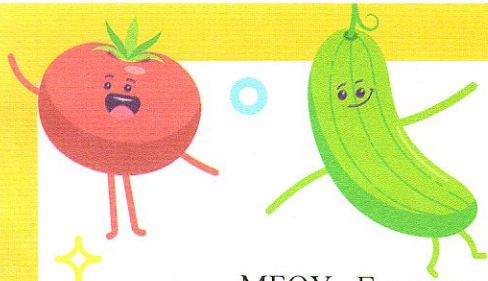


8(800)234-33-88

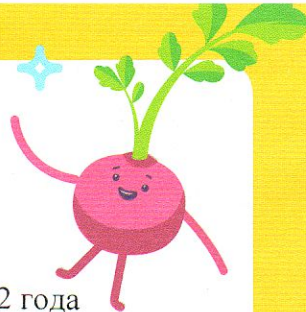


@depta.kzn





Меню



МБОУ «Гимназия №9»

25 октября 2022 года

Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

ЗАВТРАК

Бутерброд с сыром, маслом (батон)	35/10/8	5,32	9,47	18,05	180
Каша вязкая молочная из рисовой и пшённой крупы с м	150/5	4,66	5,32	25,37	175
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,005	7,989	32
Итого:	30,00	10,00	14,80	51,41	387

Горячее бесплатное питание младшие

Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Блинчики со сгущенным молоком	45/10		2,19	2,52	13,5	85
Салат из белокачанной капусты	60		0,93	3,05	5,64	54
Жаркое из птицы	40/120		11,77	12,05	22,53	246
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,13	0,02	11,15	46
Хлеб ржано - пшеничный	25		1,25	0,25	11,25	55
Итого:	620	62,10	16,75	18,37	75,83	542

Горячий завтрак (старшие)

Тефтели из говядины в соусе томатном	70/40	10,2	10,8	8,5	173
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,62	5,4	41,8	242
Напиток яблочный	200	0,1	0,1	26,4	108
Хлеб ржано - пшеничный	15	0,75	0,15	6,8	33
Итого:	48,00	17,67	16,45	83,45	556

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



@depta.kzn



АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

25 октября 2022 года

2 день

Наименование блюд

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 из моркови с яблоками	100		0,99	10,14	8,78	132
Салат "Мечта" (капуста белокоч., кукуруза, з/горошек, масло растит.)	100		2,08	15,24	6	170
Салат с фасолью (фасоль консер., морковь отв., огурцы солён., м/раст.)	100		3,1	8,4	8,6	123
Овощи натуральные свежие (огурцы)	75		0,53	0,1	1,43	8
сред.			2,23	6,54	8,66	103

1-ые БЛЮДА

Борщ со свеж. капустой, картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	250/11/5		3,3	6,4	10,65	113
--	----------	--	-----	-----	-------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Бифштекс по-домашнему с соусом томатным	80/20		12,3	11,9	8,9	189
Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)	90		17,2	15,4	1,10	210
Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
сред.			15,66	12,63	4,23	191

Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с маслом	180/5		21,4	22,5	38,3	442
Жаркое из птицы (грудки куриные)	50/150		16,1	16	21,5	295
сред.			18,75	19,25	29,90	369

ГАРНИРЫ

Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,46	175
Спагетти отварные (с маслом слив.)	180		6,77	5,4	43,14	248
Капуста тушёная	180		4,21	7,4	18	159
сред.			4,97	6,13	29,20	194

НАПИТКИ

Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,14	0,0	11,2	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	Угл-ды	Ккал
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	10		0,5	0,1	4,5	22
Итого:		8,30	4,46	4,81	35,09	202

Горячий завтрак (старшие)

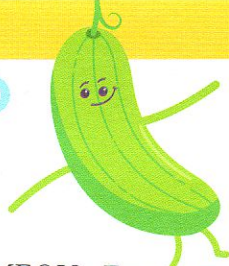
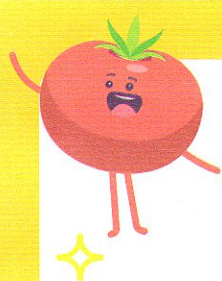
Борщ с капустой, картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/22/10		5,6	9,1	12,7	164
Итого:		16,00	5,60	9,10	12,7	164

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



Меню



МБОУ «Гимназия №9»

26 октября 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, лимоном

200/8/5

0,06

0,01

8,14

34

Батон

20

1,49

0,58

10,28

52

Итого:

30,00

10,62

16,05

50,67

391

Горячее бесплатное питание младшие

Овощи натуральные свежие (огурцы)

60

0,42

0,06

1,14

7

Гуляш из индейки

45/45

9,03

10,2

1,80

135

Каша гречневая рассыпчатая

150

6,62

5,39

41,87

242

Напиток яблочный

200

0,10

0,10

26,40

107

Хлеб ржано - пшеничный

20

1

0,2

9

44

Хлеб пшеничный

15

1,14

0,12

7,38

35

Итого:

535

62,10

18,31

16,07

87,59

570

Горячий завтрак (старшие)

Биточки рыбные из фарша минтая

80

14,9

15,6

5,5

126

Пюре картофельное

180

4

5,6

26,4

175

Чай с сахаром, лимоном

200/8/5

0,07

0,01

8,14

34

Хлеб ржано - пшеничный

15

0,75

0,15

6,8

33

Итого:

48,00

19,72

21,36

46,79

368

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



@depta.kzn



АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

26 октября 2022 года

3-ий день

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Салат из белокочанной капусты со свежими огурцами	100		1,29	10,1	3,61	111
Ассорти овощное (огурцы, помидоры свежие, масло растит.)	40/40/5		0,9	5,15	2,85	62
Винегрет овощной	100		1,22	10,16	7,17	126
Салат "Прага" (грудки курин., морковь отвар., огурцы солён., м/раст.)	100		6,5	12	1,80	142
Салат из моркови (морковь, сахар, масло растит.)	100		1,05	10,1	15,6	158
сред.		1,91	7,99	7,13		109

1-ые БЛЮДА

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

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Котлеты "Пожарские" с соусом томатным	80/20		11,5	11,2	8,52	178
Медальоны из куриных грудок с сыром, томатом	70/5		19,1	19,1	2,5	260
Рыба запеченная (филе)	80		18,5	10,6	3,5	182
Нагетсы куриные с соусом томатным	5шт/80/20		16,6	20,7	4,3	266
сред.		16,42	15,41	4,71		222
Запеканка картофельная с мясом	200		14,4	18,3	27,7	331
Вареники с творогом, со сгущенным молоком	200/30		27,3	9,6	57,7	430
сред.		20,85	13,95	42,70		380,50

ГАРНИРЫ

Картофель запеченный (с паприкой)	150		3,5	8,2	28,4	202
Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,9	3,6	8,8	80
сред.		12,00	18,30	85,2		551,00

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 блюд	Выход	стоимость	Белки	Жиры	Угл-дь	Ккал
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	10		0,5	0,1	4,5	22
Итого:		8,30	3,92	4,41	30,59	179

Горячий завтрак (старшие)

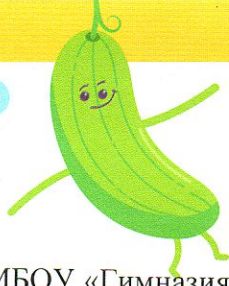
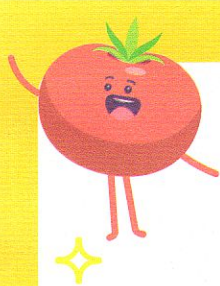
Суп картофельный с вермишелью, мясными фрикадельками	250/11		2,9	3,0	20,9	123
Итого:		16,00	2,90	3,00	20,9	123

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



Меню



МБОУ «Гимназия №9»

27 октября 2022 года

Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

ЧЕТВЕРГ

ЗАВТРАК

Бутерброд с маслом (батон)

25/10 1,95 7,97 12,93 132

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 10,389 59

Итого:

30,00 9,32 14,34 54,10 395

Горячее бесплатное питание младшие

Салат из свеклы отварной с маслом

60 0,85 3,65 5,02 56

Плов с говядиной

40/160 12,89 15,03 42,76 360

Чай с сахаром, лимоном

200/8/10 0,02 0,01 7,99 32

Хлеб ржано - пшеничный

20 1 0,2 9 44

Хлеб пшеничный

15 1,14 0,12 7,38 35

Итого:

513 62,10 15,90 19,01 72,15 527

Горячий завтрак (старшие)

Голень куриная запечённая

80 18,2 18,4 0,54 241

Макаронные изделия отварные (с м/слив.)

180 6,77 5,36 43,14 248

Компот из плодов сушёных (урюк)

200 1 0,1 30,56 128

Хлеб ржано - пшеничный

15 0,75 0,15 6,8 33

Итого:

48,00 26,72 23,99 81,0 650

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

27 октября 2022 года

4 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
Салат "Мечта" (капуста белокоч., кукуруза, з/горошек, масло растит.)	100		2,08	15,24	6	170
Салат "Бурячок" (свекла отвар., яблоки, кукуруза консер., масло раст.)	100		1,5	8,6	9	121
Салат "Итальянские каникулы" (фасоль, помидоры св. огурцы солён, м/р)	100		2,6	8,4	6,7	115
Салат "Витаминный" (капуста б/коч., морковь, яблоки, сахар, м/раст.)	100		1,21	5,2	10,9	96
сред.	сред.		1,57	7,58	8,87	112

1-ые БЛЮДА

Щи из свеж. капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/11/5		3,33	6,4	7,56	120
---	----------	--	------	-----	------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Рыба запечённая с овощами	75/25		15,8	9,9	2,61	163
Люля кебаб с соусом томатным	80/20		14,5	14,2	6,91	211
Гуляш из индейки	50/50		14,6	15,3	3,235	209
Голень куриная запечённая в сливочном маринаде	90		22,7	33,0	1,8	391
сред.	сред.		16,92	18,10	3,64	244

Гречка с фаршем и овощами	200		18,1	15,1	48	400
Буритос с курицей и сыром	180		21,6	35,3	29,6	525
сред.	сред.		19,85	25,20	38,80	463

ГАРНИРЫ

Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Макаронные изделия отварные	180		6,77	5,4	43,13	248
Картофель тушёный	180		3,9	12,7	29,4	249
сред.	сред.		4,96	7,89	32,98	223

НАПИТКИ

Чай чёрный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
Компот из плодов сушёных (урюк)	200		1	0,1	30,56	128
сред.	сред.		0,53	0,04	19,35	81

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-дь	Ккал
КОМПЛЕКС 1						
Пюре из бобовых (горох) с маслом	100/2		11,7	2,3	24,5	166
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	12,47	2,46	39,24	231

Горячий завтрак (старшие)

Щи из свеж. капусты с картофелем, с фрикадельками из птицы, со сметаной	250/22/15		5,6	9,7	9,8	157
Итого:		16,00	5,60	9,70	10	157

Директор
Калькулятор
Зав. производством



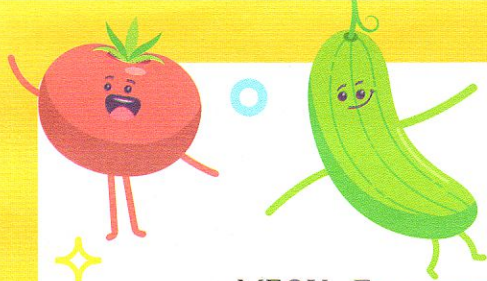
8(800)234-33-88



@depta.kzn



АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



Меню



МБОУ «Гимназия №9»

28 октября 2022 года

Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

ПЯТНИЦА

ЗАВТРАК

Запеканка рисовая с творогом, сгущенным молоком
Чай с сахаром, лимоном

100/10	15,98	7,85	20,46	219	
200/8/5	0,06	0,01	8,14	34	
Итого:	30,00	16,04	7,86	28,60	253

Горячее бесплатное питание младшие

Салат "Витаминный"
Блинчики со сгущенным молоком
Биточки рыбные из фарша минтая с соусом томатным
Пюре картофельное
Компот из замороженного крыжовника
Хлеб ржано - пшеничный
Хлеб пшеничный

60	0,79	3,1	6,71	59		
45/10	2,19	2,52	13,5	85		
65/25	9,25	7,66	2,05	115		
150	3,28	4,65	22,02	146		
200	0,17		17,44	71		
20	1	0,2	9	44		
20	1,52	0,16	9,84	47		
Итого:	595	62,10	18,20	18,29	80,56	567

Горячий завтрак (старшие)

Картофель тушёный с мясным фаршем
Чай с сахаром
Хлеб ржано - пшеничный

170	12,7	4,4	23,4	275	
200/8	0,02	0,001	7,9	32	
15	0,75	0,15	6,8	33	
Итого:	48,00	13,47	4,55	38,05	340



Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



@depta.kzn

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

