

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

26 декабря 2022 года

№

Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

ЗАВТРАК

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

2 шт/90/25
200/8/5

6,75 5,47 41,77 244
0,06 0,01 8,14 34

Итого:

30,00 6,81 5,48 49,91 278

Горячее бесплатное питание младшие

Салат из квашенной капусты (без лука)
Тефтели из говядины в соусе томатном
Каша гречневая рассыпчатая
Компот из свежих плодов (яблоки)
Печенье сдобное "Шоколадное"
Хлеб ржано - пшеничный

60
70/40
150
200
1 шт/15
25

0,98 3,05 4,63 51
9,24 6,83 8,46 132
6,62 5,39 41,87 242
0,08 0,08 11,94 49
1,21 3,62 10,25 79
1,25 0,25 11,25 55

Итого:

62,10 19,38 19,22 88,40 608

Горячий завтрак (старшие)

Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)
Макаронные изделия отварные (с м/р)
Компот из свежих плодов (яблоки)
Хлеб ржано - пшеничный

80
150
200
15

13,8 12,4 1,00 170
5,60 5,10 36,00 212
0,08 0,1 11,9 49
0,75 0,15 6,8 33

Итого:

48,00 20,23 17,73 55,7 464

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

1 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 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 гренками, с мясными фрикадельками	250/10/11		10,5	7,0	24,31	202
---	-----------	--	------	-----	-------	-----

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
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.		17,62	19,16	3,34	255
Лазанья с мясом	180		21,2	28,9	36,1	496
Буритос с курицей и сыром	180		21,6	35,3	29,6	525
Блинчики п/ф со сгущенным молоком	4шт/180/20		11,3	8,4	67	390
	сред.		18,03	24,20	44,23	470

ГАРНИРЫ

Спагетти отварные (с маслом растит.)	180		6,72	6,1	43,1	254
Каша гречневая рассыпчатая	180		7,95	6,5	50,25	291
Овощная смесь (Европейская) отварная	100		3,9	3,6	8,8	80
	сред.		6,19	5,39	34,05	208

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

КОМПЛЕКС 1

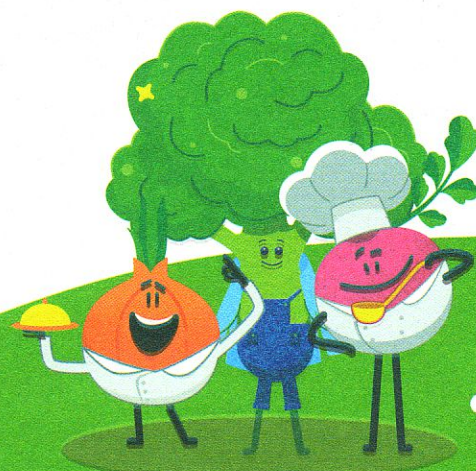
Спагетти отварные (с мас растит.)	150		5,60	5,07	35,90	212
Чай с сахаром	200/8		0,0	0,0	7,99	32
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
Итого:			8,30	6,37	50,6	277

Суп гороховый с гренками, 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»

27 декабря 2022 года

Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

ЗАВТРАК

Бутерброд с сыром (батон)	30/20	7,51	6,19	15,42	149
Каша вязкая молочная из полбяной крупы с маслом	150/5	5,91	5,56	25,05	181
Чай с сахаром	200/8	0,02	0,01	7,99	32
Итого:	30,00	13,44	11,76	48,46	362

Горячее бесплатное питание младшие

Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	
Блинчики со сгущенным молоком	45/10	3,19	2,52	19,5	114	
Рагу из птицы	40/120	12,63	15,18	20,16	267	
Напиток из шиповника	200	0,01		10,17	41	
Хлеб ржано - пшеничный	20	1	0,2	9	44	
Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35	
Итого:	550	62,10	18,37	18,42	76,01	548

Горячий завтрак (старшие)

Котлеты "Школьные"	90	11,43	9,9	10	172
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	16,00	15,45	64,25	461

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

27 декабря 2022 года

2 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
Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		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	250/11/10		3,9	8,2	12,8	142
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Бифштекс по-домашнему	90		13,5	12,22	8,5	195
Рыба (филе) залеченная 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
Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
	сред.		17,05	17,65	3,94	242
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 тушёная	180		4,21	7,4	18	159
	сред.		5,19	6,43	36,38	225
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Компот из плодов сушёных (урук)	200		1	0,1	30,56	128
	сред.		0,50	0,04	19,28	80
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,13	68
Итого-	73.00					

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

Борщ с капустой, картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	250/11/13		3,8	8,1	12,9	141
Итого:		16,00	3,80	8,10	12,9	141

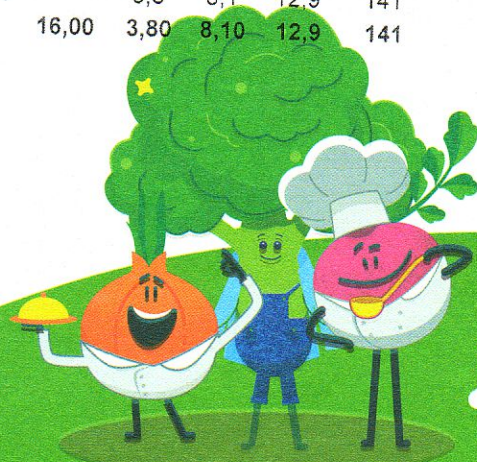
Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»