

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

23 ноября 2020 года

1 день

Наименование блюд

выход стоимост: белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Фрукты свежие (яблоки, бананы)	110	1,05	0,5	16,9	79
Салат из квашеной капусты, яйцо варёное (капуста, лук, м/рас. сахар)	100/1/2шт	4,78	79,8	8,42	128
Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками, м/растит.	70	4,73	10,4	5,96	137
Сыр порциями	25	6,58	6,65		88
сред.		4,29	24,33	7,82	108

1-ые БЛЮДА

Борщ Сибирский с мясными фрикадельками, со сметаной	250/11/10	4,93	7,11	13,2	137
---	-----------	------	------	------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Говядина тушёная	50/50	15,9	18,3	2,55	239
Бифштекс рубленый по-домашнему, огурцы солёные- доп. гарнир	80/50	13,2	12,6	9,07	202
Горбуша по-Московски	60/10/10	15	14,9	2,42	205
Цыплята запечённые (с томатом), огурцы солёные- доп. гарнир	120/50	32	30,1	0,98	404
Плов с куриными грудками, огурцы солёные -доп. гарнир	80/200/50	25,4	37,3	55	659
Блинчики п/ф со сгущённым молоком	5шт/225/30	14,6	10,9	86,4	503
сред.		14,71	15,27	4,68	215

ГАРНИРЫ

Каша гречневая вязкая	200	4,67	6,2	29,4	192
Спагетти отварные (на сливоч. масле)	200	7,34	6,67	47,3	279
сред.		6,01	6,44	38,35	236

НАПИТКИ

Компот из замороженной компотной смеси	200	2,42	0,06	26,6	108
Чай пакетированный Тесс с сахаром, лимоном, курагой	200/15/7/15	0,81	0,07	23,1	99
Кофейный напиток с молоком	200	3,3	1,51	29,1	152
сред.		2,18	0,55	26,26	120

Хлеб сельский/ хлеб белый

20/20		2,52	0,36	18,8	91
Итого с самост.блю					
дом-	69,00	28,99	49,35	123,6	900
Итого-	69,00	23,70	40,50	57,60	534

Горячий завтрак (старшие)

Горбуша по-Московски	60/10/10	15	14,9	2,42	205
Спагетти отварные (на растит. масле)	180	6,72	6,08	43,08	254
Кисель из концентрата	200			13,1	53
Хлеб сельский	20	1,32	0,24	7,0	41
Итого:	45,00	23,04	21,22	65,6	553

Горячий завтрак (старшие)

Борщ Сибирский (с фасолью) с мясн. фрикадельками п/ф, сметаной	250/22/10	6,89	3,05	16,8	235
Компот из замороженной компотной смеси	200	2,43	0,06	26,6	108
Пицца с колбасой и сыром	85	11,91	10,5	39,8	303
Хлеб сельский	40	2,64	0,48	14,0	82
Итого:	45,00	23,87	14,09	97,2	728

Директор
Калькулятор
Зав. производством



#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn

8-(800)-234-33-88

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

23 ноября 2020 года

Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

ПОНЕДЕЛЬНИК

Завтрак (Комплекс 1)

Блинчики (п/ф) со сгущенным молоком

3шт/135/10 8,15 5,87 47,4 276

Чай с сахаром, курагой

200/15/7 0,37 0,005 19,7 79

Итого:

30,00 8,52 5,88 67,10 355

Завтрак (Комплекс 2)

Бутерброд с сыром, маслом сливочным (батон)

35/20/10 8,04 13,62 17,62 227

Каша рисовая молочная с курагой, маслом сливоч.

150/5 4,87 5,06 33,51 205

Чай с сахаром, лимоном

200/15/7 0,27 0,06 15,23 63

Итого:

30,00 13,18 18,74 66,36 495

Горячий завтрак (бесплатное питание) младшие

Плоды свежие (яблоки)

120 0,48 0,48 11,76 56

Салат из моркови (морковь свежая, масло растительное, сахар)

60 0,63 6,043 9,34 95

Бифштекс рубленый по - домашнему (п/ф)

80 12,75 12,71 8,228 196

Каша гречневая рассыпчатая с маслом

150/5 6,66 9,03 41,92 276

Чай с сахаром

200/15 0,21 0,05 15,02 61

Хлеб сельский

20 1 0,2 9 44

Хлеб пшеничный 1 сорт

30 2,28 0,24 14,76 71

Итого:

51,85 24,01 28,76 110,03 799

ПОЛДНИК

Пирог трехслойник

50 3,41 10,02 20,54 187

Сок разливной 1 л (в ассортименте)

200 1 0,2 20,2 92

Итого:

30,00 4,41 10,22 40,74 279

Директор
Калькулятор
Зав. производством



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

#poelidovolen



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

24 ноября 2020 года

2 день

Наименование блюд

выход стоимост белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Фрукты свежие (яблоки, бананы)	150	1,43	0,68	23	108
Бутерброд с сыром (батон в/с)	40/25	12	11	26,6	256
Салат "Каприз" (помидоры, кукуруза, сыр, сухарики, масло раст.)	80	1,8	9,53	3,04	107
Салат из свеклы с сыром, соусом "Переменка" с яйцом	120/0,5шт	9,4	11,1	9,05	173
сред.		6,16	8,07	15,43	161

1-ые БЛЮДА

Суп картофельный с макаронными изделиями (вермишель) с фрикадельками из птицы	200/3шт/33	7,94	7,8	17,3	159
---	------------	------	-----	------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Горбуша запеченная в соусе "Нежный"	60/20	14,8	6,95	0,69	125
Голень запеченная, огурцы солёные доп. гарнир	100/40	23,1	23	1,36	306
Котлеты "Пожарские", огурцы солёные-доп. гарнир	80/60	11,1	10,3	10,1	178
Сосиски отварные, огурцы свежие-доп. гарнир	100/40	10,4	20,1	0,8	226
Грудки куриные (филе) в сливочном соусе	80/30	15,4	28,4	1,68	324
сред.		16,09	16,68	0,95	219

ГАРНИРЫ

Рис отварной с маслом	180/5	4,31	10,1	44,5	286
Пюре картофельное	150	3,44	4,59	21,5	144
сред.		3,87	7,34	32,98	215

НАПИТКИ

Чай черный, зелёный Тесс пакетированный с сахаром	200/15			15	60
Компот из плодов сушёных (урюк)	200	1	0,08	30,6	128
Напиток лимонный	200	0,14	0,02	24,4	101
сред.		0,38	0,03	23,32	96,33

Хлеб сельский/ хлеб белый	20/20	2,52	0,36	18,8	91
---------------------------	-------	------	------	------	----

Итого- 69,00 27,88 33,55 93,50 795,1

Горячий завтрак (старшие)

Сосиски отварные	100	10,4	20,1	0,8	226
Пюре картофельное	180	4,13	5,51	25,75	173
Чай с сахаром, лимоном	200/15/7	0,273	0,06	15,23	63
Хлеб сельский	35	2,31	0,42	12,3	72
Итого:	45,00	17,11	26,09	54,03	534

Горячий завтрак (старшие)

Суп картофельный с вермишелью, с фрикадельками из птицы п/ф	250/22	2,87	6,17	20,97	166
Сосиски запеченные в тесте	50/50	10,34	15,30	31	307
Сок 1л разливной	200	1		21,2	88
Хлеб пшеничный 1с	35	2,73	1,05	17,4	86
Итого:	45,00	16,94	22,52	91,0	647

Директор
Калькулятор
Зав. производством



#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

24 ноября 2020 года

Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

ВТОРНИК

Завтрак (Комплекс 1)

Запеканка из творога со сгущенным молоком

130/25 26,14 9,82 33,15 328

Чай с сахаром, урюком

200/15/7 0,56 0,078 18,73 78

Итого:

30,00 26,70 9,90 51,88 406

Завтрак (Комплекс 2)

Сэндвич с колбасой п/к

70 7,09 7,524 26,57 203

Каша вязкая молочная из кукурузной крупы с маслом

150/5 5,84 5,26 38,48 232

Какао с молоком

200 4 2,1 25,17 145

Итого:

30,00 16,93 14,88 90,22 580

Горячий завтрак (бесплатное питание) младшие

Овощи натуральные свежие (огурцы)

60 0,42 0,06 1,14 7

Пагу из птицы (грудки куриные)

50/150 12,13 18,5 21,55 302

Какао с молоком

200 4 2,1 25,17 145

Вафли весовые

2 шт/40 1,56 12,24 25 217

Хлеб сельский

20 1 0,2 9 44

Хлеб пшеничный 1 сорт

30 2,28 0,24 14,76 71

Итого:

51,85 21,39 33,36 96,62 786

ПОЛДНИК

Пирог "Зебра"

50 4,05 7,59 24,06 182

Сок разливной 1 л (в ассортименте)

200 1 0,2 20,2 92

Итого:

30,00 5,05 7,79 44,26 274



Директор
Калькулятор
Зав. производством

#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

25 ноября 2020 года

3-ий день

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
Фрукты свежие (яблоки, бананы)	100		0,95	0,45	15,4	72
Салат "Успех" (огурцы свежие, сыр, яйцо, соус Переменка)	75		3,38	5,64	1,34	70
Салат из свежих огурцов (с маслом)	55		0,37	3,35	1	35
Салат "Итальянские каникулы" (помидор, фасоль, огурцы сол., м/раст.)	60		1,54	5,05	4,02	69
сред.		1,56	3,62	5,43	61	

1-ые БЛЮДА

Суп гороховый с гренками, с мясными фрикадельками	250/10/11	12,6	8,04	28,6	238
---	-----------	------	------	------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Ёжики мясные в томатном соусе	120/80	18,8	21,3	16,7	334
Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные, огурцы солёные - доп. гарнир	80/75	12,2	13,3	7,93	199
Горбуша запечённая с сыром	75/3	18,6	11,3	2,65	186
Шашлык из куриной грудки (с сметаной), с соусом Переменка	100/25	24	27,1	1,18	456
сред.		18,41	18,23	7,12	294

ГАРНИРЫ

Макароны (гр. А) отварные (на сливочном масле)	200	7,43	6,67	47,3	279
Рагу овощное	180	3,3	8,8	19,9	173
Каша полбяная рассыпчатая	200	7,2	8,1	38,8	257
сред.		5,98	7,86	35,33	236

НАПИТКИ

Чай пакетированный Тесс с сахаром, лимоном, курагой	200/15/7/10	1,06	0,01	28,7	118
Компот из замороженной компотной смеси	200	0,25	0,1	25,8	107
Компот из свежих плодов (яблоки)	200	2,42	0,06	26,6	108
сред.		1,24	0,06	27,02	111

Хлеб сельский/ хлеб белый	20/20	2,52	0,36	18,8	91
---------------------------	-------	------	------	------	----

Итого- 69,00 29,71 30,13 93,75 794

Горячий завтрак (старшие)

Котлеты "Аппетитные" мясо-куриные	80	15,2	17,7	2,84	231
Рагу овощное	180	3,3	8,8	19,9	173
Сок 1л разливной	200	1		21,2	88
Хлеб сельский	20	1,32	0,24	7,0	41

Итого: 45,00 20,82 26,72 50,94 533

Горячий завтрак (старшие)

Суп гороховый с гренками, мясными фрикадельками п/ф	250/10/22	14,4	9,58	28,67	260
Пирог Домашний с маком	50	3,2	10,4	29,8	211
Напиток из замороженной клюквы	200	0,13	0,05	24,9	103
Хлеб пшеничный	35	2,73	1,05	17,4	86

Итого: 45,00 20,46 21,08 100,80 660

Директор
Контроль
За производство



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

#poelidovolen

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

25 ноября 2020 года

Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

СРЕДА

Завтрак (Комплекс 1)

Каша вязкая молочная из полевой крупы с маслом	150/5	5,917	5,565	25,06	181
Чай с сахаром	200/15	0,21	0,05	15,02	61
Сосиски в тесте (крученые)	100	10,34	15,3	31,4	307
Хлеб пшеничный 1 сорт	25	1,9	0,2	12,3	59
Итого:	30,00	18,37	21,12	83,78	608

Завтрак (Комплекс 2)

Бутерброд горячий с колбасой п/к, сыром (батон)	40/20/15	9,02	8,19	20,04	191
Каша вязкая молочная из геркулес. крупы с маслом	150/5	6,35	6,8	28,53	208
Чай с сахаром, курагой	200/15/7	0,37	0,005	19,7	79
Итого:	30,00	15,74	15,00	68,27	478

Горячий завтрак (бесплатное питание) младшие

Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
Салат из свеклы отварной (с маслом)	60	0,86	3,65	5,02	56
Говядина тушеная	50/50	9,02	8,19	20,04	191
Макароны (гр. А) отварные (масло сливочное)	150	5,64	4,47	35,95	207
Чай с сахаром, лимоном	200/15/7	0,27	0,06	15,23	63
Хлеб сельский	20	1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,28	0,24	14,76	71
Итого:	51,85	19,55	17,29	111,76	688

ПОЛДНИК

Маффин шоколадный	50	2,24	11,06	18,44	182
Сок разливной 1 л (в ассортименте)	200	1	0,2	20,2	92
Итого:	30,00	3,24	11,26	38,64	274

Директор
Калькулятор
Зав. производством



#poelidovolen

WWW.POELIDOVOLEN

@depta.kzn

8-(800)-234-33-88

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

26 ноября 2020 года

4 день

Наименование блюд

выход стоимост белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Фрукты свежие (яблоки, бананы)	100	0,95	0,45	15,4	72
Сэндвич с колбасой п/к (батон в/с)	70	7,1	7,52	26,6	203
Салат "Оранжевый" (морковь, капуста, яблоки, апельсин)	100	1,07	6,88	10,5	111
Салат "Мечта" (капуста св., кукуруза, з/гор. консер., масло растит.)	100	1,52	15,1	3,65	157

сред. 2,66 7,48 14,03 136

1-ые БЛЮДА

Щи из свеж. капусты с картофелем, мясными фрикадельками, со сметаной	250/11/5	3,77	7,5	9,22	121
--	----------	------	-----	------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Гуляш из говядины	50/50	15,3	15,7	3,45	216
Горбуша запечённая с сыром, соусом Переменка	65/5/5	16,3	12,7	2,5	189
Медальоны из куриных грудок	100/5	25,4	24,4	0,36	324
Люля-кебаб, огурцы солёные-доп. гарнир	80/60	14,4	14,3	5,8	207
Буритос с отварной курицей и сыром	210	15,8	35,3	6	407

сред. 17,86 16,78 3,03 234

ГАРНИРЫ

Картофель тушёный	180	3,9	12,7	29,4	249
Каша гречневая рассыпчатая	180	6,89	6,22	43,5	258
сред.		5,40	9,48	36,45	254

НАПИТКИ

Чай черный Тесс пакетированный с сахаром, лимоном	200/15/7	0,09	0,01	15,3	63
Компот из плодов сушёных (чернослив)	200	0,58	0,18	34,3	144
Компот из замороженной вишни	200	0,2	0,05	26,6	109
сред.		0,29	0,08	25,40	105

Хлеб сельский/ хлеб белый 1с	20/20	2,52	0,36	18,8	91
------------------------------	-------	------	------	------	----

Итого- 69,00 28,73 34,18 97,75 819,5
Итого с 69,00 21,23 43,22 64,27 739
самост.блю дом-

Горячий завтрак (старшие)

Люля-кебаб п/ф	80	14,41	14,3	5,8	207
Каша гречневая рассыпчатая	180	6,89	6,22	43,54	258
Компот из замороженной чёрной смородины	200	0,25	0,1	25,8	107
Хлеб сельский	32	1,6	0,32	14,4	70

Итого: 45,00 23,15 20,93 89,54 642

Горячий завтрак (старшие)

Щи из свеж. капусты с картофелем, мясными фрикадельками п/ф, со сметаной	250/22/10	7,04	10,9	9,57	166
Эч-почмак с говядиной	100	6	4,9	40	229
Чай с сахаром, лимоном	200/15/7	0,273	0,06	15,23	63
Хлеб сельский	40	2,64	0,48	14,0	82

Итого: 45,00 15,95 16,37 79,10 340

Директор
Калькулятор
Зав. производством



#poelidovolen

WWW.POELIDOVOLEN

@depta.kzn 8-(800)-234-33-88

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

26 ноября 2020 года

Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

ЧЕТВЕРГ

Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,08	66
Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с маслом	150/5	6,6	5,24	33,07	215
Чай с сахаром, лимоном	200/15/7	0,27	0,06	15,23	63
Батон высший сорт	35	2,63	1,05	17,9	92
Итого:	30,00	9,98	14,00	76,08	483

Завтрак (Комплекс 2)

Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Блинчики (п/ф) с абрикосовой начинкой	1 шт/60	3,3	2,1	20,1	114
Чай с сахаром, лимоном	200/15/7	0,27	0,06	15,23	63
Итого:	30,00	3,97	2,56	45,13	224

Горячий завтрак (бесплатное питание) младшие

Овощи натуральные соленые (огурцы)	60	0,48	0,06	1,02	8
Запеканка картофельная с куриными грудками, маслом	180/5	19,63	29,88	23,92	444
Чай с сахаром, лимоном и курагой	200/15/7/20	1,273	0,057	28,73	119
Хлеб сельский	20	1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,28	0,24	14,76	71
Итого:	51,85	24,66	30,44	77,43	686

ПОЛДНИК

Печенье "Американер" с кунжутом	3 шт/54	4,82	16,82	31,32	264
Йогурт питьевой обогащенный 4 витаминами 2,8%	1/125	3,5	3,5	14,6	105
Итого:	30,00	8,32	20,32	45,92	369

Директор
Калькулятор
Зав. производством

#poelidovolen

Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

27 ноября 2020 года

5 день

Наименование блюд

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
Салат из квашеной капусты (капуста, лук, м/рас. сахар)	80		1,3	4,1	6,6	70
Салат "Пестрый" (свекла, яблоки, масло растит.)	100		1,1	5,17	11	96
Фрукты свежие (яблоки, бананы)	60		0,57	0,27	9,24	43
Овощи натуральные свежие (помидоры)	35		0,21	0,03	0,57	4
сред.			0,80	2,39	6,85	53

1-ые БЛЮДА

Суп картофельный	200		2,02	2,38	15,9	93
------------------	-----	--	------	------	------	----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Горбуша (филе) тушёная с овощами	75/50		17,9	10	4,15	178
Котлеты "Школьные", огурцы солёные- доп. гарнир	80/70		12,8	12	8,78	193
Грудка куриная запечённая с сыром, томатом	100/10		27,5	31,1	0,37	393
Сосиски отварные с соусом Переменка, помидора св.-доп. гарнир	2шт/100/25/50		11,2	36,7	4,29	394
Плов с говядиной	60/200		23	25,2	52,7	530
Сырники "Классические" со сгущённым молоком	5шт/175/55		49,5	16,1	67,9	623
сред.			17,34	22,44	4,40	290

ГАРНИРЫ

Картофель запечённый	150		3,46	7,51	28,2	195
Спагетти отварные с маслом	180/5		6,7	9,63	42,4	283
сред.			5,08	8,57	35,32	239

НАПИТКИ

Чай пакетированный Тесс с сахаром, лимоном, урюком	200/15/7/20		1,27	0,06	28,7	119
Компот из замороженной черной смородины	200		0,25	0,1	25,8	107
Кофейный напиток с молоком	200		3,3	1,51	29,1	152
сред.			1,61	0,56	27,84	126

Хлеб сельский/ хлеб белый 1с	20/20		2,52	0,36	18,8	91
------------------------------	-------	--	------	------	------	----

Итого с
самост.блю

дом-	69,00	41,16	23,96	113,8	847
Итого-	69,00	27,34	34,32	93,24	799

Горячий завтрак (старшие)

Грудки куриные (филе) запечённые с сыром, томатом (комбинат)	80/5		21,34	24,1	0,30	304
Спагетти отварные (на растит. масле)	180		6,72	6,08	43,08	254
Компот из свежих плодов (яблоки)	200		2,42	0,06	26,6	108
Хлеб пшеничный 1с	30		2,28	0,24	14,8	71

Итого: 45,00 32,76 30,48 84,74 737

Горячий завтрак (старшие)

Суп картофельный с фрикадельками из птицы п/ф	250/22		6,28	6,2	20,06	161
Кольцо песочное	48		4,18	14,4	24,82	247
Сок в ассортименте разливной 1л	200		1	0,2	20,2	92
Хлеб пшеничный 1с	34		2,51	0,26	16,24	84

Итого: 45,00 13,97 21,01 81,32 584

Директор
Калькулятор
Зав. производством

МБОУ «Гимназия №9»
Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

#poelidovolen

Меню

МБОУ «Гимназия №9»

27 ноября 2020 года

Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Ккал

ПЯТНИЦА

Завтрак (Комплекс 1)

Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Макароны отварные с сыром, маслом сливочным	150/5	9,04	12,92	32,17	282
Чай с сахаром	200/15	0,21	0,05	15,02	61
Хлеб пшеничный 1 сорт	25	1,9	0,2	12,3	59
Итого:	30,00	11,55	13,57	69,29	449

Завтрак (Комплекс 2)

Бутерброд с сыром, маслом сливочным (батон)	35/10/10	5,405	10,96	17,62	192
Каша молочная "Янтарная" с маслом сливочным	150/5	6,46	11,28	29,70	255
Чай с сахаром	200/15	0,21	0,05	15,02	61
Итого:	30,00	12,08	22,29	62,34	508

Горячий завтрак (бесплатное питание) младшие

Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	0,66	0,12	2,28	14
Тефтели из говядины (п/ф) в соусе томатном	70/40	10,26	11,96	8,81	184
Рис отварной	150	3,83	5,43	40,01	224
Какао с молоком	200	4	2,1	25,17	145
Печенье весовое	3шт/48	3,6	4,7	29,76	201
Хлеб сельский	20	1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,28	0,24	14,76	71
Итого:	51,85	25,63	24,75	129,79	883

ПОЛДНИК

Пицца с колбасой и сыром	85	11,91	10,5	39,8	303
Сок разливной 1 л (в ассортименте)	200	1	0,2	20,2	92
Итого:	30,00	12,91	10,70	60,00	395

Директор
Калькулятор
Зав. производством



#poelidovolen

Мобильное приложение
«Поел и доволен»

WWW.POELIDOVOLEN

@depta.kzn 8-(800)-234-33-88

АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани»



Меню

МБОУ «Гимназия №9»

28 ноября 2020 года

6 день

СУББОТА

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Фрукты свежие (яблоки, бананы)	100	0,95	0,45	15,4	72
Салат из солёных огурцов (с луком, маслом)	60	0,52	3,1	1,6	37
сред.		0,74	1,78	8,48	54

1-ые БЛЮДА

Рассольник Ленинградский со сметаной	250/15	2,68	7,64	17,5	150
--------------------------------------	--------	------	------	------	-----

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Пельмени Для Умников и умниц"соусом Переменка,зел./горошек	220/40/20	25,9	40	45,4	646
сред.		25,90	40,00	45,40	646,0

ГАРНИРЫ

сред.		0,00	0,00	0,00	0,0
--------------	--	-------------	-------------	-------------	------------

НАПИТКИ

Сок в ассортименте разливной 1л	200	1	0,2	20,2	92
сред.		1,0	0,20	20,20	92

Хлеб сельский/ хлеб белый 1с	20/25	2,91	0,51	21,3	103
Итого-	69,00	30,5	42,5	95,4	895

Завтрак (старшие)

Пельмени "Для Умников и умниц"с соусом Переменка	200/20	23,5	30	40,84	529
Напиток из замороженной клюквы	200	0,13	0,05	24,9	103
Хлеб пшеничный 1с	37	2,9	1,11	18,4	91
Итого:	45,00	26,53	31,16	84,17	723



Директор
Калькулятор
Зав. производством



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

#poelidovolen

