

МЕНЮ
на 10 сентября 2020 года
для гимназии № 12
(1 — 4 класс)

«Приятного аппетита!»

Рецеп.	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерге- тическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
ЗАВТРАК (1 смена)							
324/96	Биточки рыбные с маслом слив.	100/7	13,1	14,61	15,62	249,9	24-73
465/96	Рис отварной	200	3,5	7,2	36,8	226,8	11-08
г.24/96	Помидор свежий	60	0,66	0,12	2,28	14,4	7-06
685/04	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58,0	1-76
ТУ произв.	Хлеб пшеничный	60	5,12	1,02	32,64	161,0	2-50
122/89	Слива	55	0,44	0,2	5,3	<u>24,4</u>	<u>7-04</u>
						734,5	54-17
ОБЕД (2 смена)							
138/04	Суп картофельный с рисовой крупой	200	4,64	7,36	16,8	96,0	5-70
324/96	Биточки рыбные с маслом слив.	100/7	13,1	14,61	15,62	249,9	24-73
470/96	Картофель отварной	150	2,8	5,6	19,9	150,0	11-25
г.24/96	Помидор свежий	60	0,66	0,12	2,28	14,4	7-06
350/17	Кисель из черной смородины	200	0,4		33,0	138,0	8-99
ТУ произв.	Хлеб пшеничный	62	5,29	1,05	33,73	166,4	2-70
122/89	Сливы	145	1,16	0,5	14,0	<u>64,3</u>	<u>18-57</u>
						879,0	79-00

(5 — 11 класс)

Рецеп.	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерге- тическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
ЗАВТРАК							
г. 22/97	Масло сливочное	10	0,01	6,3	0,06	77,0	6-16
460/94	Котлета руб. из филе птицы с маслом слив.	100/5	15,6	17,0	15,2	334,6	43-17
510/04	Каша пшеничная	180	3,8	7,2	37,6	183,6	6-19
г.24/96	Огурец свежий	55	4,7	0,94	29,92	147,6	4-91
686/04	Чай с лимоном	200/7	0,3		15,2	60,0	4-07
ТУ произв.	Хлеб пшеничный	84	7,17	1,43	45,7	225,5	3-65
122/89	Слива	65	0,52	-	6,3	<u>28,8</u>	<u>8-32</u>
						1057,1	76-47

Директор
Зав. производством
Калькулятор



М.Ф. Марченко
М.Н. Шевченко
Л.В. Синцова

МЕНЮ
на 10 сентября 2020 года
для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
гимназии № 12
(1 — 4 класс)

Рецепт	Наименование блюда	Вымя, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерге- тическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
Комплекс (1 смена)							
ЗАВТРАК							
324/96	Биточки рыбные с маслом слив.	100/7	13,1	14,61	15,62	249,9	24-73
465/96	Рис отварной	200	3,5	7,2	36,8	226,8	11-08
т.24/96	Помидор свежий	60	0,66	0,12	2,28	14,4	7-06
685/04	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58,0	1-76
ТУ произв.	Хлеб пшеничный	60	5,12	1,02	32,64	161,0	2-50
122/89	Слива	55	0,44	0,2	5,3	24,4	2-04
Итого завтрак						734,5	54-17
ОБЕД							
134/04	Суп крестьянский с крупой ячневой	200	2,8	4,2	31,4	92,8	4-11
460/94	Котлета руб. из филе птицы с маслом слив.	80/5	13,5	15,6	11,2	267,6	35-16
510/04	Каша пшеничная	150	3,15	6,0	31,3	153,0	5-16
685/04	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58,0	1-76
ТУ произв.	Хлеб пшеничный	90	7,69	1,53	48,96	241,6	3-89
122/89	Слива	120	0,96	-	11,6	53,2	15-36
Итого обед						866,2	65-44
Комплекс (2 смена)							
ЗАВТРАК							
460/94	Котлета руб. из филе птицы с маслом слив.	80/5	13,5	15,6	11,2	267,6	35-16
510/04	Каша пшеничная	150	3,15	6,0	31,3	153,0	5-16
64/03	Салат из свеклы с маслом раст.	50	2,0	3,0	8,0	68,0	2-63
686/04	Чай с лимоном	200/7	0,3	-	15,2	60,0	4-07
ТУ произв.	Хлеб пшеничный	100	8,54	1,7	54,4	268,4	4-34
122/89	Слива	110	0,88	-	10,6	48,8	14-08
Итого завтрак						865,8	65-44
ОБЕД							
138/04	Суп картофельный с рисовой крупой	200	4,64	7,36	16,8	96,0	5-70
324/96	Биточки рыбные с маслом слив.	100/7	13,1	14,61	15,62	249,9	24-73
470/96	Картофель отварной	150	2,8	5,6	19,9	150,0	11-25
т.24/96	Помидор свежий	60	0,66	0,12	2,28	14,4	7-06
350/17	Кисель из черной смородины	200	0,4	-	33,0	138,0	8-99
ТУ произв.	Хлеб пшеничный	100	5,29	1,05	33,73	166,4	2-70
122/89	Сливы	110	0,5	0,5	14,0	64,3	18-57
Итого обед						879,0	79-00

директор
зав. производством
диетолог



М.Ф. Марченко
М.И. Шевченко
Л.В. Синцова

МЕНЮ
 на 10 сентября 2020 года
 для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
 гимназии № 12
 (5 — 11 класс)

Рецеп.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерге- тическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
	ЗАВТРАК						
т.22/97	Масло сливочное	15	0,02	9,5	0,9	115,5	6-16
97/04	Сыр твердый	30	6,9	8,7		108,0	18-24
262/96	Каша манная молочная с маслом, сахаром	200/15/1 5	3,0	8,2	20,0	172,0	20-73
685/04	Чай с сахаром	200	0,2		15,0	58,0	1-76
ТУ произв.	Хлеб пшеничный	80	6,83	1,36	43,52	214,7	<u>3-48</u>
	Итого завтрак					668,2	50-37
	ОБЕД						
134/04	Суп крестьянский с крупой ячневой	250	2,6	5,3	14,3	116,0	5-14
460/94	Котлета руб. из филе птицы с маслом слив.	100/8	16,0	17,4	15,6	344,1	45-02
510/04	Каша пшеничная	180	3,8	7,2	37,6	183,6	6-19
31/97	Икра кабачковая	25	0,35	1,4	2,3	23,5	3-73
685/04	Чай с сахаром	200	0,2		15,0	58,0	1-76
ТУ произв.	Хлеб пшеничный	81	6,92	1,38	44,06	217,4	3-52
122/89	Слива	120	0,96	-	11,6	<u>53,2</u>	<u>15-36</u>
	Итого обед					995,8	80-72
	ИТОГО					1664,0	131-09

Директор
 Зав. производством
 Калькулятор



М.Ф. Марченко
 М.Н. Шевченко
 В. Синцова