







МЕНЮ
 На 11 октября 2023 года
 для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
 гимназии № 12

Рецеп.	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерге- тическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
(1 — 4 класс)							
ЗАВТРАК							
101/04	Икра кабачковая	60	1,2	5,4		57,6	14,98
204/17	Макаронные изделия отварные с сыром	150	8,1	9,25	25,58	250,5	38,8
377/17	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	4,15
	Батон домашний	30	2,37	0,3	14,49	70,5	1,33
338/17	Сливы	100	0,21	0,4	9,8	47	17,19
	Итого завтрак	562	12,0	15,37	65,07	487,6	76,45
ОБЕД							
47/17	Салат из квашеной капусты	60	1,0	3,0	5,1	51,4	13,42
102/17	Суп картофельный с горохом и зеленью	200/2	4,40	4,2	13,20	118,60	7,62
291/17	Плов из филе птицы	200	17,69	21,19	29,24	335	57,38
389/17	Сок фруктовый	200	1,0		20,2	84,8	13,76
	Батон домашний	30	2,37	0,3	14,49	70,5	1,33
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	15,84	79,2	3,12
338/17	Яблоко	100	0,6	0,6	14,49	68,15	10,40
	Итого обед	832	28,70	27,77	112,77	810,0	107,03
(5 — 11 класс)							
Рецеп.	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерге- тическая ценность	Цена, руб. коп.
ЗАВТРАК							
291/17	Плов из филе птицы	225	19,9	23,8	32,8	366,8	66,88
70/17	Огурец свежий	60	0,48	0,06	1,02	6	8,08
377/17	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	4,15
	Батон домашний	40	3,16	0,4	19,32	94	1,77
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	59,4	2,34
	Печенье	30	1,2	2,9	22,3	125,0	6,91
	Итого завтрак	607	25,15	27,54	102,52	708,2	90,13
ОБЕД							
67/17	Винегрет овощной	100	1,4	10	6,8	124	17,55
102/17	Суп картофельный с горохом и зеленью	250/2	5,5	5,25	16,5	148,25	9,35
234/17 331/17	Котлета рыбная с соусом сметанным с томатом	100/50	12,27	10,12	20,5	224,88	35,84
312/17	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,5	164,7	27,94
389/17	Сок фруктовый	200	1,0		20,2	84,8	13,76
Утв	Батон домашний	50	3,95	0,5	24,15	117,5	2,21
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	59,4	2,34
338/17	Сливы	100	0,6	0,6	14,7	70,5	17,19
	Итого обед	1062	30,18	32,29	131,83	970,53	126,18
	ИТОГО	1669	55,33	59,83	234,35	1678,73	216,31

Директор
 Зав. производством
 Калькулятор

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





МЕНЮ
 На 11 октября 2023 года
 для гимназии № 12

Рецеп.	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Энерге-гическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
(1 — 4 класс)							
ЗАВТРАК							
101/04	Икра кабачковая	60	1,2	5,4		57,6	14,98
204/17	Макаронные изделия отварные с сыром	150	8,1	9,25	25,58	250,5	38,80
377/17	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	4,15
	Батон домашний	30	2,37	0,3	14,49	70,5	1,33
338/17	Сливы	100	0,21	0,4	9,8	47	17,19
	Итого завтрак	562	12,0	15,37	65,07	487,6	76,45
ОБЕД							
47/17	Салат из квашеной капусты	60	1,0	3,0	5,1	51,4	13,42
102/17	Суп картофельный с горохом и зеленью	200/2	4,40	4,2	13,20	118,60	7,62
291/17	Плов из филе птицы	200	17,69	21,19	29,24	335	57,38
389/17	Сок фруктовый	200	1,0		20,2	84,8	13,76
	Батон домашний	30	2,37	0,3	14,49	70,5	1,33
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	15,84	79,2	3,12
338/17	Яблоко	100	0,6	0,6	14,49	68,15	10,40
	Итого обед	832	28,70	27,77	112,77	810,0	107,03
(5 — 11 класс)							
Рецеп.	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Энерге-гическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
ЗАВТРАК							
291/17	Плов из филе птицы	225	19,9	23,8	32,8	366,8	66,88
70/17	Огурец свежий	60	0,48	0,06	1,02	6	8,08
377/17	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	4,15
	Батон домашний	40	3,16	0,4	19,32	94	1,77
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	59,4	2,34
	Печенье	30	1,2	2,9	22,3	125,0	6,91
	Итого завтрак	607	25,15	27,54	102,52	708,2	90,13
ОБЕД							
67/17	Винегрет овощной	100	1,4	10	6,8	124	16,55
102/17	Суп картофельный с горохом	250	5,5	5,25	16,5	148,25	7,64
291/17	Плов из филе птицы	200	17,69	21,19	29,24	335	57,38
342/17	Компот из яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,6	4,01
	Батон домашний	50	3,95	0,5	24,15	117,5	2,21
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	59,4	2,34
	Итого обед	830	29,68	35,46	116,45	898,75	90,13

Директор
 Зав. производством
 Калькулятор



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