







МЕНЮ
 На 14 сентября 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							
224/17, 405/21	Запеканка из творога с морковью с соусом молочный	170	10,92	13,62	35,62	337,64	62,10
376/17	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	2,18
338/17	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	10,40
	Батон домашний	40	3,16	0,4	19,32	94	1,77
	Итого завтрак	525	14,55	14,44	79,74	538,64	76,45
ОБЕД							
67/17	Винегрет овощной	60	0,84	6,06	4,08	74,4	9,93
88/17	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и зеленью	200/10/2	1,4	4	13,06	71,8	11,78
268/17	Котлета мясная	90	14,78	14,25	12,77	250,2	51,05
312/17	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,4	137,25	17,61
348/17	Компот из чернослива	200	0,34	0,7	29,85	122,2	12,21
	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
	Итого обед	782	25,43	30,59	110,49	805,55	107,03
5 -11 класс							
ЗАВТРАК							
47/17	Салат из квашеной капусты	100	1,7	5,0	8,46	85,7	21,86
268/17	Котлета мясная	100	15,4	15,8	14,18	269	53,73
303/17	Каша гречневая	180	5,5	5,76	30,63	174,6	8,25
376/17	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	2,18
	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
	Итого завтрак	665	27,82	27,34	99,47	742,70	90,13
ОБЕД							
53/17	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	0,65	4,12	19,28	82,9	15,40
88/17	Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью	250/2	3,77	5	10,9	89,75	9,92
292/17	Филе птицы тушеное в соусе с овощами	225	20,01	18,55	15,35	356,05	74,58
349/17	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32	132,8	6,13
	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	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5	15,60
	Итого обед	1007	31,62	29,22	128,26	908,9	126,18
	ИТОГО	1672	54,7	49,52	217,36	1541,6	216,31

Директор
 Зав.производством
 Калькулятор

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



МЕНЮ
На 14 сентября 2023 года
для гимназии № 12

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ «Гимназия № 12»
К.В. Регкина
14 сентября 2023 года

«Приятного аппетита!»

Рецеп.	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	* Энергетическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
(1 — 4 класс)							
ЗАВТРАК							
224/17, 405/21	Запеканка из творога с морковью с соусом молочный	170	10,92	13,62	35,62	337,64	62,10
376/17	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	2,18
338/17	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	10,40
	Батон домашний	40	3,16	0,4	19,32	94	1,77
	Итого завтрак	525	14,55	14,44	79,74	538,64	76,45
ОБЕД							
67/17	Винегрет овощной	60	0,84	6,06	4,08	74,4	9,93
88/17	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и зеленью	200/10/2	1,4	4	13,06	71,8	11,78
268/17	Котлета мясная	90	14,78	14,25	12,77	250,2	51,05
312/17	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,4	137,25	17,61
348/17	Компот из чернослива	200	0,34	0,7	29,85	122,2	12,21
	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
	Итого обед	782	25,43	30,59	110,49	805,55	107,03
5-11 класс							
ЗАВТРАК							
47/17	Салат из квашеной капусты	100	1,7	5,0	8,46	85,7	21,86
268/17	Котлета мясная	100	15,4	15,8	14,18	269	53,73
303/17	Каша гречневая	180	5,5	5,76	30,63	174,6	8,25
376/17	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	2,18
	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
	Итого завтрак	665	27,82	27,34	99,47	742,70	90,13
ОБЕД							
88/17	Щи из свежей капусты с картофелем	250	3,77	5	10,9	89,75	8,41
288/17	Птица отварная	100	21,98	18	10,35	248	47,40
303/17	Каша гречневая	180	5,5	5,76	30,63	174,6	8,25
70/17	Огурец свежий	90	0,48	0,06	1,02	6	15,39
349/17	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32	132,8	6,13
	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	900	38,32	29,77	120,93	828,05	90,13

Директор
Зав. производством
Калькулятор

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











СОГЛАСОВАНО:
 Директор МБОУ "Гимназия " 12"
 К.В.Репкина
 "12" сентября 2023 года

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

«Приятного аппетита»

Рецеп.	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Энерге-тическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
(1 — 4 класс)							
ЗАВТРАК							
т.24/96	Зеленый горошек	60	1,92	1,2	10,4	46	18,65
268/17, 331/17	Шницель рубленый с соусом сметанным с томатом (свинина)	90/30	10,78	15,25	12,77	250,2	43,14
302/17	Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,3	4,50	38,85	221,3	8,79
377/17	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	4,1
	Батон домашний	40	3,16	0,4	19,32	94	1,77
	Итого завтрак	592	22,29	21,37	96,54	673,45	76,45
ОБЕД							
70/17	Огурец свежий	60	0,48	0,06	1,02	6,00	8,08
103/17	Суп картофельный с вермишелью и зеленью	200/2	2,16	2,24	14	94,6	8,85
229/17	Рыба тушеная в томате с овощами	150	14,61	14,6	13,2	202,5	36,79
310/17	Картофель отварной	150	2,85	4,33	23,01	142,33	16,01
350/17	Кисель из вишни	200	0,15	0,08	24,5	114,6	17,78
Утв	Батон домашний	30	2,37	0,3	14,49	70,5	1,33
ТУ	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	15,84	79,2	3,12
338/17	Сливы	100	0,6	0,6	14,7	70,5	15,07
	Итого обед	932	25,86	22,69	120,76	780,23	107,03

Рецеп.	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Энерге-тическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
(5 — 11 класс)							
ЗАВТРАК							
229/17	Рыба тушеная в томате с овощами	200	15,48	16,47	15,6	259,5	49,01
310/17	Картофель отварной	180	3,4	5,2	27,6	170,8	20,84
70/17	Огурец свежий	80	0,48	0,06	1,02	6,00	13,99
376/17	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	2,18
Утв	Батон домашний	40	3,16	0,4	19,32	94	1,77
ТУ	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	59,4	2,34
	Итого завтрак	725	24,57	22,51	90,42	649,70	90,13
ОБЕД							
103/17	Суп картофельный с вермишелью и зеленью	250/2	2,7	2,8	17,5	118,25	10,68
256/17	Мясо (говядина) тушеное	100	15,2	19,38	2,56	225	69,54
302/17	Каша пшеничная рассыпчатая	180	3,8	5,09	24,5	182,88	10,55
т.24/96	Зеленый горошек	60	1,92	1,2	10,4	46	18,65
348/17	Компот из чернослива	200	0,34	0,7	29,85	122,2	12,21
	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	872	29,89	30,03	120,84	871,23	126,18
	ИТОГО	1597	54,46	52,54	132,72	1520,93	216,31

Директор
 Зав. производством
 Калькулятор

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



МЕНИЮ
На 12 сентября 2023 года
для 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							
т.24/96	Зеленый горошек	60	1,92	1,2	10,4	46	18,65
268/17, 331/17	Шницель рубленый с соусом сметанным с томатом (свинина)	90/30	10,78	15,25	12,77	250,2	43,14
302/17	Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,3	4,50	38,85	221,3	8,79
377/17	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	4,10
	Батон домашний	40	3,16	0,4	19,32	94	1,77
	Итого завтрак	592	22,29	21,37	96,54	673,45	76,45
ОБЕД							
70/17	Огурец свежий	60	0,48	0,06	1,02	6,00	8,08
103/17	Суп картофельный с вермишелью и зеленью	200/2	2,16	2,24	14	94,6	8,85
229/17	Рыба тушеная в томате с овощами	150	14,61	14,6	13,2	202,5	36,79
310/17	Картофель отварной	150	2,85	4,33	23,01	142,33	16,01
350/17	Кисель из вишни	200	0,15	0,08	24,5	114,6	17,78
Утв	Батон домашний	30	2,37	0,3	14,49	70,5	1,33
ТУ	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	15,84	79,2	3,12
338/17	Сливы	100	0,6	0,6	14,7	70,5	15,07
	Итого обед	932	25,86	22,69	120,76	780,23	107,03

(5 — 11 класс)

Рецеп.	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Энерге-тическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
ЗАВТРАК							
229/17	Рыба тушеная в томате с овощами	200	15,48	16,47	15,6	259,5	49,01
310/17	Картофель отварной	180	3,4	5,2	27,6	170,8	20,84
70/17	Огурец свежий	80	0,48	0,06	1,02	6,00	13,99
376/17	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	2,18
Утв	Батон домашний	40	3,16	0,4	19,32	94	1,77
ТУ	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	59,4	2,34
	Итого завтрак	725	24,57	22,51	90,42	649,70	90,13
ОБЕД							
103/17	Суп картофельный с вермишелью	250	2,7	2,8	17,5	118,25	9,17
229/17	Рыба тушеная в томате с овощами	200	16,48	16,47	15,6	270	49,01
304/17	Рис отварной	180	4,6	6,4	44	251,6	13,21
70/17	Огурец свежий	60	0,48	0,06	1,02	6	8,08
349/17	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32	132,8	6,11
	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	970	30,85	26,68	146,15	955,55	90,13

Директор

Зав. производством

Калькулятор

М.Ф. Марченко

М.Н. Шевченко

Л.В. Синцова

