









МЕНЮ
На 17 апреля 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							
209/17	Яйцо вареное	1/40	5,1	4,6	0,3	63,0	11,78
175/17	Каша молочная "Дружба"	200	5,49	3,93	33,35	179,9	15,08
15/17	Сыр порционный	20	5,3	5,3		72	20,39
14/17	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	9,17
379/17	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,68	14,7	100,6	9,47
	Батон домашний	40	3,16	0,4	19,32	94	1,89
338/17	Яблоко	100	0,6	0,6	14,7	70,5	8,67
	Итого завтрак	610	22,9	24,76	82,5	646,0	76,45
ОБЕД							
101/04	Икра кабачковая	60	1,2	5,4		57,6	13,43
98/17	Суп крестьянский с крупой (пшеничная) и зеленью	200/2	1,2	3,9	4,9	77	8,87
245/17, 330/17	Бефстроганов из отварной говядины	90	12,49	13,55	4,15	196,61	61,76
302/17	Рис отварной	150	3,8	3,07	40	202,95	13,12
349/17	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32	132,8	6,01
	Батон домашний	30	2,37	0,3	14,49	70,5	1,41
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	15,84	79,2	2,43
	Итого обед	772	24,36	26,79	111,38	816,66	107,03
(5 — 11 класс)							
ЗАВТРАК							
175/17	Каша молочная "Дружба"	250	6,06	4,2	40,69	198,88	18,85
15/17	Сыр порционный	25	6,6	6,6		90	25,48
14/17	Масло сливочное	15	1,2	8,88	1,95	99	13,75
379/17	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,68	14,7	100,6	9,47
	Батон домашний	60	4,76	0,6	29	141	2,83
338/17	Мандарины	100	0,6	0,6	14,7	70,5	19,75
	Итого завтрак	650	22,42	23,56	101,04	699,98	90,13
ОБЕД							
24/96	Зеленый горошек	60	1,9	1,2	10,4	46	18,65
98/17	Суп крестьянский с крупой (пшеничная)	250	1,48	4,9	10,09	76,25	8,99
260/17	Гуляш из свинины	100	11,22	16,55	3,85	221,4	38,65
302/17	Рис отварной	180	4,6	6,4	44	251,6	15,73
377/17	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	3,93
	Батон домашний	50	3,95	0,5	24,15	117,5	2,36
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	59,4	1,82
	Итого обед	892	25,26	29,93	119,57	834,15	90,13

Директор
Зав.производством
Калькулятор

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





МЕНЮ
 На 17 апреля 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							
209/17	Яйцо вареное	1/40	5,1	4,6	0,3	63,0	11,78
175/17	Каша молочная "Дружба"	200	5,49	3,93	33,35	179,9	15,08
15/17	Сыр порционный	20	5,3	5,3		72	20,39
14/17	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	9,17
379/17	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,68	14,7	100,6	9,47
	Батон домашний	40	3,16	0,4	19,32	94	1,89
338/17	Яблоко	100	0,6	0,6	14,7	70,5	8,67
	Итого завтрак	610	22,90	24,76	82,50	646,0	76,45
ОБЕД							
101/04	Икра кабачковая	60	1,2	5,4		57,6	13,43
98/17	Суп крестьянский с крупой (пшеничная) и зеленью	200/2	1,2	3,9	4,9	77	8,87
245/17, 330/17	Бефстроганов из отварной говядины	90	12,49	13,55	4,15	196,61	61,76
302/17	Рис отварной	150	3,8	3,07	40	202,95	13,12
349/17	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32	132,8	6,01
	Батон домашний	30	2,37	0,3	14,49	70,5	1,41
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	15,84	79,2	2,43
	Итого обед	772	24,36	26,79	111,38	816,66	107,03
(5 — 11 класс)							
Рецеп.	ЗАВТРАК	Выход, Г	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Энерге-тическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
175/17	Каша молочная "Дружба"	250	6,06	4,2	40,69	198,88	18,85
15/17	Сыр порционный	25	6,6	6,6	40,69	90	25,48
14/17	Масло сливочное	15	1,2	8,88	1,95	99	13,75
379/17	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,68	14,7	100,6	9,47
	Батон домашний	60	4,76	0,6	29	141	2,83
338/17	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5	13,00
	Итого завтрак	650	22,42	23,56	101,04	699,98	83,38
ОБЕД							
101/04	Икра кабачковая	125	2	9		96	28,98
98/17	Суп крестьянский с крупой (пшеничная) и зеленью	250/2	1,48	4,9	10,09	76,25	10,87
245/17, 330/17	Бефстроганов из отварной говядины	100	13,8	15	4,6	218,45	67,16
302/17	Рис отварной	180	4,6	6,4	34	251,6	15,73
349/17	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32	132,8	6,01
	Батон домашний	50	3,95	0,5	24,15	117,5	2,36
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	59,4	1,82
	Итого обед	912	28,47	36,25	116,72	952	132,93
	ИТОГО	1562	50,89	59,81	217,76	1651,98	216,31

Директор
 Зав. производством
 Калькулятор

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

