







# МЕНЮ

На 18 апреля 2023 года  
для обучающихся с ограниченными возможностями  
гимназии № 12

«Приятного аппетита»

| Рецеп.               | Наименование блюд                                 | Выход, г    | Белки, г     | Жиры, г      | Угле-воды, г  | Энерге-тическая ценность ккал | Цена, руб. коп. |
|----------------------|---|-------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------------|-----------------|
| <b>(1 — 4 класс)</b> |   |             |              |              |               |                               |                 |
| <b>ЗАВТРАК</b>       |   |             |              |              |               |                               |                 |
| 224/17, 405/21       | Запеканка из творога с морковью с соусом молочный | 170         | 10,92        | 13,62        | 35,62         | 337,64                        | 62,06           |
| 376/17               | Чай с сахаром                                     | 200/15      | 0,07         | 0,02         | 15            | 60                            | 2,01            |
| 338/17               | Яблоко  | 100         | 0,4          | 0,4          | 10,3          | 47                            | 10,49           |
|                      | Батон домашний                                    | 40          | 3,16         | 0,3          | 19,32         | 94                            | 1,89            |
|                      | <b>Итого завтрак</b>                              | <b>525</b>  | <b>14,55</b> | <b>14,34</b> | <b>80,24</b>  | <b>538,64</b>                 | <b>76,45</b>    |
| <b>ОБЕД</b>          |   |             |              |              |               |                               |                 |
| 47/17                | Салат из квашеной капусты                         | 60          | 1,0          | 3,0          | 5,1           | 51,4                          | 14,75           |
| 155/16               | Суп лапша с мясом птицы и зеленью                 | 200/25/2    | 7,77         | 10,51        | 10,51         | 175,60                        | 19,43           |
| 234/17, 331/17       | Биточки рыбные с соусом сметанным с томатом       | 100/30      | 12,27        | 10,12        | 20,14         | 224,88                        | 34,86           |
| 310/17               | Картофель отварной                                | 150         | 2,85         | 4,33         | 23,01         | 142,33                        | 21,35           |
| 389/17               | Сок фруктовый                                     | 200         | 1,0          |              | 20,2          | 84,8                          | 12,80           |
|                      | 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            |
|                      | <b>Итого обед</b>                                 | <b>837</b>  | <b>29,90</b> | <b>28,74</b> | <b>109,29</b> | <b>828,71</b>                 | <b>107,03</b>   |
| <b>5-11 класс</b>    |   |             |              |              |               |                               |                 |
| <b>ЗАВТРАК</b>       |   |             |              |              |               |                               |                 |
| 209/17               | Яйцо вареное                                      | 1/40        | 5,1          | 4,6          | 0,3           | 63,0                          | 11,78           |
| 234/17, 331/17       | Биточки рыбные с соусом сметанным с томатом       | 100/50      | 12,27        | 10,12        | 25,14         | 224,88                        | 35,90           |
| 312/17               | Пюре картофельное                                 | 180         | 3,07         | 5,76         | 24,48         | 164,7                         | 24,06           |
| 70/17                | Помидор соленый                                   | 60          | 0,48         | 0,06         | 1,02          | 6,00                          | 12,67           |
| 376/17               | Чай с сахаром                                     | 200/15      | 0,07         | 0,02         | 15            | 60                            | 2,01            |
|                      | Батон домашний                                    | 40          | 3,16         | 0,4          | 19,32         | 94                            | 1,89            |
|                      | Хлеб ржано-пшеничный                              | 30          | 1,98         | 0,36         | 11,88         | 59,4                          | 1,82            |
|                      | <b>Итого завтрак</b>                              | <b>715</b>  | <b>26,13</b> | <b>21,32</b> | <b>97,14</b>  | <b>671,98</b>                 | <b>90,13</b>    |
| <b>ОБЕД</b>          |   |             |              |              |               |                               |                 |
| 67/17                | Винегрет овощной                                  | 100         | 1,4          | 10           | 6,8           | 124                           | 17,39           |
| 155/16               | Суп лапша с мясом птицы и зеленью                 | 250/25/2    | 8,77         | 11,51        | 11,51         | 175,6                         | 21,12           |
| 260/17               | Гуляш из свинины                                  | 100         | 11,2         | 16,55        | 3,85          | 221,4                         | 38,65           |
| 303/17               | Каша гречневая                                    | 180         | 5,5          | 5,76         | 30,63         | 174,6                         | 10,99           |
| 389/17               | Сок фруктовый                                     | 200         | 1            |              | 20,2          | 84,8                          | 12,80           |
| Утв.                 | 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            |
| 338/17               | Мандарины   | 100         | 0,4          | 0,3          | 10,3          | 47                            | 21,05           |
|                      | <b>Итого обед</b>                                 | <b>1037</b> | <b>34,2</b>  | <b>38,69</b> | <b>119,32</b> | <b>1004,3</b>                 | <b>126,18</b>   |
|                      | <b>ИТОГО</b>                                      | <b>1752</b> | <b>60,33</b> | <b>60,01</b> | <b>216,46</b> | <b>1676,28</b>                | <b>216,31</b>   |

Директор  
Зав.производством  
Калькулятор

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



**МЕНЮ**  
На 18 апреля 2023 года  
для гимназии № 12



| Рецеп.               | Наименование блюд                                 | Выход, г   | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Энергетическая ценность, ккал | Цена, руб. коп. |
|----------------------|---|------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------------|-----------------|
| <b>(1 — 4 класс)</b> |   |            |              |              |               |                               |                 |
| <b>ЗАВТРАК</b>       |   |            |              |              |               |                               |                 |
| 224/17, 405/21       | Запеканка из творога с морковью с соусом молочный | 170        | 10,92        | 13,62        | 35,62         | 337,64                        | 62,06           |
| 376/17               | Чай с сахаром                                     | 200/15     | 0,07         | 0,02         | 15            | 60                            | 2,01            |
| 338/17               | Яблоко  | 100        | 0,4          | 0,4          | 10,3          | 47                            | 10,49           |
|                      | Батон домашний                                    | 40         | 3,16         | 0,3          | 19,32         | 94                            | 1,89            |
|                      | <b>Итого завтрак</b>                              | <b>525</b> | <b>14,55</b> | <b>14,34</b> | <b>80,24</b>  | <b>538,64</b>                 | <b>76,45</b>    |
| <b>ОБЕД</b>          |   |            |              |              |               |                               |                 |
| 47/17                | Салат из квашеной капусты                         | 60         | 1,0          | 3,0          | 5,1           | 51,4                          | 14,75           |
| 155/16               | Суп лапша с мясом птицы и зеленью                 | 200/25/2   | 7,77         | 10,51        | 10,51         | 175,60                        | 19,43           |
| 234/17, 331/17       | Биточки рыбные с соусом сметанным с томатом       | 100/30     | 12,27        | 10,12        | 20,14         | 224,88                        | 34,86           |
| 310/17               | Картофель отварной                                | 150        | 2,85         | 4,33         | 23,01         | 142,33                        | 21,35           |
| 389/17               | Сок фруктовый                                     | 200        | 1,0          |              | 20,2          | 84,8                          | 12,80           |
|                      | 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            |
|                      | <b>Итого обед</b>                                 | <b>837</b> | <b>29,90</b> | <b>28,74</b> | <b>109,29</b> | <b>828,71</b>                 | <b>107,03</b>   |
| <b>5 -11 класс</b>   |   |            |              |              |               |                               |                 |
| <b>ЗАВТРАК</b>       |   |            |              |              |               |                               |                 |
| 209/17               | Яйцо вареное                                      | 1/40       | 5,1          | 4,6          | 0,3           | 63,0                          | 11,78           |
| 234/17, 331/17       | Биточки рыбные с соусом сметанным с томатом       | 100/50     | 12,27        | 10,12        | 25,14         | 224,88                        | 35,90           |
| 312/17               | Пюре картофельное                                 | 180        | 3,07         | 5,76         | 24,48         | 164,7                         | 24,06           |
| 70/17                | Помидор соленый                                   | 60         | 0,48         | 0,06         | 1,02          | 6,00                          | 12,67           |
| 376/17               | Чай с сахаром                                     | 200/15     | 0,07         | 0,02         | 15            | 60                            | 2,01            |
|                      | Батон домашний                                    | 40         | 3,16         | 0,4          | 19,32         | 94                            | 1,89            |
|                      | Хлеб ржано-пшеничный                              | 30         | 1,98         | 0,36         | 11,88         | 59,4                          | 1,82            |
|                      | <b>Итого завтрак</b>                              | <b>715</b> | <b>26,13</b> | <b>21,32</b> | <b>97,14</b>  | <b>671,98</b>                 | <b>90,13</b>    |
| <b>ОБЕД</b>          |   |            |              |              |               |                               |                 |
| 15/17                | Сыр порционный                                    | 15         | 4            | 4            |               | 54                            | 15,30           |
| 103/17               | Суп картофельный с вермишелью                     | 250        | 2,7          | 2,8          | 17,5          | 118,25                        | 11,46           |
| 234/17               | Биточки рыбные                                    | 100        | 12,27        | 10,12        | 20,14         | 224,88                        | 29,12           |
| 312/17               | Пюре картофельное                                 | 180        | 3,68         | 5,76         | 24,5          | 164,7                         | 24,06           |
| 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            |
|                      | <b>Итого обед</b>                                 | <b>825</b> | <b>29,24</b> | <b>23,63</b> | <b>130,17</b> | <b>871,53</b>                 | <b>90,13</b>    |

Директор  
Зав. производством  
Калькулятор



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

