







МЕНЮ

На 19 октября 2022 года
для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
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							
52/17	Салат из свеклы отварной	100	1,4	6	8,16	92,9	8,69
162К	Запеканка картофельная с печенью	150	10,19	6,52	28,92	250,35	61,96
377/17	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	3,91
Утв.	Батон домашний	40	3,16	0,4	19,32	94	1,89
Итого завтрак		512	14,88	12,94	71,60	499,25	76,45
ОБЕД							
70/17	Помидор свежий	60	0,48	0,06	1,02	6,0	6,79
84/17	Борщ с фасолью, картофелем и зеленью	200/2	3,13	4,29	13,29	105,64	14,04
297/17, 330/17	Фрикадельки из мяса птицы с соусом сметанный	90/30	13,64	14,92	6,76	176,26	48,95
302/17	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,77	4,3	39,73	214	15,40
457/16	Компот из вишни	200	0,2	0,03	22,25	87,4	18,01
Утв.	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		802	31,23	24,38	113,38	739,00	107,03
5 -11 класс							
ЗАВТРАК							
279/17, 331/17	Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом	100/50	10,88	12,2	13,4	230	61,03
303/17	Каша пшеничная	180	3,8	5,09	29,5	182,88	13,30
70/17	Огурец свежий	50	0,4	0,05	0,85	5,0	10,10
376/17	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	1,99
Утв.	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
Итого завтрак		665	20,29	18,12	89,95	631,28	90,13
ОБЕД							
84/17	Борщ с фасолью, картофелем и зеленью	250/2	3,55	5,1	14,17	137,75	16,25
229/17	Рыба тушеная в томате с овощами	200	16,48	16,47	15,6	270	45,91
312/17	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,5	164,7	21,13
т. 24/96	Зеленый горошек	60	1,92	1,2	10,4	46	18,65
349/17	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32	132,8	6,01
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	Яблоки	150	0,6	0,6	14,7	70,5	14,05
Итого обед		1122	32,82	30,08	147,4	998,65	126,18
ИТОГО		1887	48,11	48,2	237,35	1629,93	216,31

Директор
Зав. производством
Калькулятор



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

МЕНЮ
На 19 октября 2022 года
для 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							
52/17	Салат из свеклы отварной	100	1,4	6	8,16	92,9	8,69
162К	Запеканка картофельная с лечењо	150	10,19	6,52	28,92	250,35	61,96
377/17	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	3,91
Утв.	Батон домашний	40	3,16	0,4	19,32	94	1,89
	Итого завтрак	512	14,88	12,94	71,60	499,25	76,45
ОБЕД							
70/17	Помидор свежий	60	0,48	0,06	1,02	6,0	6,79
84/17	Борщ с фасолью, картофелем и зеленью	200/2	3,13	4,29	13,29	105,64	14,04
297/17, 330/17	Фрикадельки из мяса птицы с соусом сметанный	90/30	13,64	14,92	6,76	176,26	48,95
302/17	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,77	4,3	39,73	214	15,40
457/16	Компот из вишни	200	0,2	0,03	22,25	87,4	18,01
Утв.	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	802	31,23	24,38	113,38	739,00	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							
279/17, 331/17	Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом	100/50	10,88	12,2	13,4	230	61,03
303/17	Каша пшеничная	180	3,8	5,09	29,5	182,88	13,30
70/17	Огурец свежий	50	0,4	0,05	0,85	5,0	10,10
376/17	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	1,99
Утв.	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
	Итого завтрак	665	20,29	18,12	89,95	631,28	90,13
ОБЕД							
84/17	Борщ с фасолью и картофелем	250	3,55	5,1	14,17	137,75	15,05
279/17, 331/17	Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом	100/50	10,88	12,2	13,4	240	61,03
303/17	Каша ячневая	180	3,88	5,07	30	211,1	7,88
376/17	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	1,99
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
	Итого обед	875	24,31	23,25	108,6	825,75	90,13

Директор
Зав. производством
Калькулятор



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