

МЕНЮ
На 1 сентября 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							
0/17	Суп молочный с макаронными изделиями	200	4,67	3,86	17,29	123,44	18,07
/17	Сыр порционный	20	5,3	5,3		72	19,11
/17	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	9,17
2/17	Какао с молоком	200	4,07	3,54	17,58	118,6	17,84
гв	Батон домашний	40	3,16	0,4	19,32	94	1,67
8/17	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5	10,59
	Итого завтрак	620	17,88	20,95	69,02	544,54	76,45
ОБЕД							
1/04	Икра кабачковая	60	1,2	5,4		57,6	12,15
/17	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и зеленью	200/10/2	1,44	3,9	8,7	83	11,28
8/17	Биточек рубленый	90	14,78	15,25	12,77	250,2	49,51
1/17	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,77	4,3	39,73	214	15,35
2/17	Компот из клубники	200	0,16	0,16	27,88	114,6	15,07
гв	Батон домашний	30	2,37	0,3	14,49	70,5	1,25
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	15,84	79,2	2,42
	Итого обед	782	31,36	29,79	119,41	869,10	107,03
(5 — 11 класс)							
ЗАВТРАК							
0/17	Суп молочный с макаронными изделиями	250	4,9	3,6	32,95	202,14	26,15
/17	Сыр порционный	25	6,6	6,6		90	23,88
/17	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	9,17
2/17	Какао с молоком	200	4,07	3,54	17,58	118,6	17,84
в	Батон домашний	60	4,76	0,6	29	141	2,50
3/17	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5	10,59
	Итого завтрак	645	21,01	22,19	94,36	688,24	90,13
ОБЕД							
17	Борщ с капустой и картофелем	250	1,8	4,9	10,87	103,75	9,32
3/7	Биточек рубленый мясной (свинина)	100	12,8	21,2	13,0	342,0	48,68
/17	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,5	5,15	47,7	256,8	18,42
17	Помидор свежий	60	0,48	0,06	1,02	6,0	5,10
2/17	Компот из яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,6	4,72
в	Батон домашний	50	3,95	0,5	24,15	117,5	2,08
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	59,4	1,81
	Итого обед	870	31,67	32,33	136,5	1000,05	90,13

ректор
директор по производству
директор по закупкам



М.Ф. Марченко
Е.С. Баина
Л.В. Синцова



