









МЕНЮ
 На 20 сентября 2023 года
 для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
 гимназии № 12

Рецеп.	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность ккал	Цена, руб коп
1 — 4 класс							
ЗАВТРАК							
70/17	Помидор свежий	60	0,48	0,06	1,02	6,00	7,93
291/17	Плов из филе птицы	200	17,68	21,19	29,24	335	62,64
377/17	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	4,11
	Батон домашний	40	3,16	0,4	19,32	94	1,77
	Итого завтрак	557	21,45	21,67	64,78	497,00	76,45
ОБЕД							
70/17	Огурец свежий	60	0,48	0,06	1,02	6,0	14,11
84/17	Борщ с фасолью, картофелем и зеленью	200/2	3,13	4,29	13,29	105,64	12,91
297/17, 330/17	Фрикадельки из мяса птицы с соусом сметанный	90/30	13,64	14,92	6,76	176,26	40,99
302/17	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,77	4,3	39,73	214	14,96
457/16	Компот из черной смородины	200	0,2	0,03	22,25	87,4	19,61
	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	802	31,23	24,35	113,38	739,00	107,03
5-11 класс							
ЗАВТРАК							
279/17, 331/17	Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом	100/50	7,88	12,2	13,4	220	61,29
303/17	Каша ячневая	180	3,88	5,07	30	211,1	8,44
70/17	Огурец свежий	60	0,48	0,06	1,02	6,0	14,10
376/17	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	2,19
	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	675	17,45	18,11	90,62	650,50	90,13
ОБЕД							
84/17	Борщ с фасолью, картофелем и зеленью	250/2	3,55	5,1	14,17	137,75	15,06
229/17	Рыба тушеная в томате с овощами	200	15,48	16,47	15,6	259,5	44,00
312/17	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,5	164,7	28,63
г. 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	6,13
Утв.	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	9,16
	Итого обед	1122	31,82	30,08	147,4	988,15	126,18
	ИТОГО	1797	49,27	48,19	238,02	1638,65	216,31

Директор
 Зав. производством
 Калькулятор



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



МЕНЮ
На 20 сентября 2023 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							
70/17	Помидор свежий	60	0,48	0,06	1,02	6,00	7,93
291/17	Плов из филе птицы	200	17,68	21,19	29,24	335	62,64
377/17	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	4,11
	Батон домашний	40	3,16	0,4	19,32	94	1,77
	Итого завтрак	557	21,45	21,67	64,78	497,00	76,45
ОБЕД							
70/17	Огурец свежий	60	0,48	0,06	1,02	6,0	14,11
84/17	Борщ с фасолью, картофелем и зеленью	200/2	3,13	4,29	13,29	105,64	12,91
297/17, 330/17	Фрикадельки из мяса птицы с соусом сметанный	90/30	13,64	14,92	6,76	176,26	40,99
302/17	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,77	4,3	39,73	214	14,96
457/16	Компот из черной смородины	200	0,2	0,03	22,25	87,4	19,61
	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	802	31,23	24,35	113,38	739,00	107,03
5-11 класс							
ЗАВТРАК							
279/17, 331/17	Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом	100/50	7,88	12,2	13,4	220	61,29
303/17	Каша ячневая	180	3,88	5,07	30	211,1	8,44
70/17	Огурец свежий	60	0,48	0,06	1,02	6,0	14,10
376/17	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	2,19
	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	675	17,45	18,11	90,62	650,50	90,13
ОБЕД							
84/17	Борщ с фасолью и картофелем	250	3,55	5,1	14,17	137,75	13,66
279/17, 331/17	Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом	100/50	10,88	12,2	13,4	240	61,29
303/17	Каша ячневая	180	3,88	5,07	30	211,1	8,44
376/17	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	2,19
	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	875	24,31	23,25	108,6	825,75	90,13

Директор
Зав. производством
Калькулятор



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