

МЕНЮ
на 21 сентября 2020 года
для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
гимназии № 12

(5 — 11 класс)

Рецеп.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерге- тическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
ЗАВТРАК							
101/04	Икра кабачковая	80	1,12	4,48	7,2	75,2	11-92
284/96	Омлет натуральный	105/5	10,0	16,7	2,9	199,0	22-45
686/04	Чай с лимоном	200/7	0,3		15,2	60,0	4-16
ТУ произв.	Хлеб пшеничный	50	4,25	0,8	27,1	<u>134,1</u>	<u>2-18</u>
	Итого завтрак					468,3	40-71
ОБЕД							
110/04	Борщ с капустой и картофелем	250	11,3	11,8	13,1	121,0	8-94
т.24/96	Огурец свежий	30	0,21	0,03	0,58	3,36	2-68
492/04	Плов из птицы	200	15,3	22,0	39,1	435,3	55-33
389/17	Сок фруктовый	200	1,4	0,2	20,4	120,0	8-43
ТУ произв.	Хлеб пшеничный	87	7,43	1,48	47,33	233,5	3-80
122/89	Яблоки	100	1,1		14,7	<u>62,0</u>	<u>11-20</u>
	Итого обед					975,16	90-38
	ИТОГО					1443,46	131-09

Директор
Зав. производством
Калькулятор



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

МЕНЮ
(свободный выбор)
на 21.09.2020г
для гимназии № 12

«Приятного аппетита!»

Рецеп.	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерге- тическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
454/94	Котлета натуральная из филе птицы	75	21,8	5,1	0,37	138,7	52-90
472/94	Пюре картофельное	150	3,3	5,25	26,4	166,0	12-09
685/04	Чай (пак.) с сахаром	1/200	0,2	-	15,0	58,0	4-91

Директор

Зав. производством

Калькулятор



М.Ф. Марченко

М.Н. Шевченко

Л.В. Синцова

МЕНЮ
на 21 сентября 2020 года
для гимназии № 12

(1 — 4 класс)

«Приятного аппетита!»

Рецеп.	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерге- тическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
ЗАВТРАК (1 смена)							
г. 24/96	Огурец свежий	30	0,24	0,03	0,75	4,2	2-68
497/97	Плов из птицы	150	11,2	14,3	39,3	397,0	41-50
376/17	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58,0	1-76
ТУ произв.	Хлеб пшеничный	60	5,12	1,02	32,64	161,0	2-63
122/89	Яблоки	50	0,55		7,35	<u>31,0</u>	<u>5-60</u>
						651,2	54-17
ОБЕД (2 смена)							
110/04	Борщ с капустой и картофелем	200	9,04	9,44	10,48	96,8	7-15
497/97	Плов из птицы	150	11,2	14,3	39,3	397,0	41-50
г. 24/96	Огурец свежий	60	0,42	0,06	1,16	6,72	5-35
389/17	Сок фруктовый	200	1,4	0,2	20,4	120,0	8-43
ТУ произв.	Хлеб пшеничный	59	5,04	1,0	32,1	158,4	2-57
122/89	Яблоки	125	0,7	-	9,2	<u>38,7</u>	<u>14-00</u>
						817,62	79-00

(5 — 11 класс)

Рецеп.	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерге- тическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
ЗАВТРАК							
97/04	Сыр твердый	10	2,3	2,9		36,0	6-0
г.24/96	Огурец свежий	60	0,42	0,06	1,16	6,72	5-3
492/04	Плов из птицы	150	11,5	16,5	29,3	326,5	41-5
389/17	Сок фруктовый	200	1,4	0,2	20,4	120,0	8-4
ТУ произв.	Хлеб пшеничный	90	7,69	1,53	48,96	241,6	3-4
122/89	Яблоки	100	1,1		14,7	<u>62,0</u>	<u>11-</u>
						702,6	76-

Директор
Зав. производством
Калькулятор



М.Ф. Марчен
М.Н. Шевчен
Л.В. Синцова

МЕНЮ
на 21 сентября 2020 года
для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
гимназии № 12

(1 — 4 класс)

Рецеп.	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерге- тическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
Комплекс (1 смена)							
ЗАВТРАК							
т. 24/96	Огурец свежий	30	0,24	0,03	0,75	4,2	2-68
497/97	Плов из птицы	150	11,2	14,3	39,3	397,0	41-50
376/17	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58,0	1-76
ТУ произв.	Хлеб пшеничный	60	5,12	1,02	32,64	161,0	2-63
122/89	Яблоки	50	0,55		7,35	<u>31,0</u>	<u>5-60</u>
						651,2	54-17
ОБЕД							
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,6	3,4	8,0	20,4	6-96
243/17	Сосиска отварная	80	8,8	8,9	1,9	212,8	38-99
303/17	Каша пшеничная вязкая	150	5,8	5,7	34,0	210,0	5-15
101/04	Икра кабачковая	25	0,35	1,4	2,25	23,5	3-73
389/17	Сок фруктовый	200	1,4	0,2	20,4	120,0	8-43
ТУ произв.	Хлеб пшеничный	50	4,25	0,8	27,1	<u>134,1</u>	<u>2-18</u>
						720,8	65-44
Комплекс (2 смена)							
ЗАВТРАК							
97/04	Сыр твердый	15	3,04	3,92		99,0	9-12
т.24/96	Зеленый горошек	45	1,35	0,9	25,74	19,35	9-75
497/97	Плов из птицы	150	11,2	14,3	39,3	397,0	41-50
685/04	Чай с сахаром	200	0,2		15,0	58,0	1-86
ТУ произв.	Хлеб пшеничный	74	6,32	1,26	40,26	<u>198,6</u>	3-21
						870,95	65-44
ОБЕД							
110/04	Борщ с капустой и картофелем	200	9,04	9,44	10,48	96,8	7-15
497/97	Плов из птицы	150	11,2	14,3	39,3	397,0	41-50
т. 24/96	Огурец свежий	60	0,42	0,06	1,16	6,72	5-35
389/17	Сок фруктовый	200	1,4	0,2	20,4	120,0	8-43
ТУ произв.	Хлеб пшеничный	59	5,04	1,0	32,1	158,4	2-57
122/89	Яблоки	125	0,7	-	9,2	<u>38,7</u>	<u>14-00</u>
						817,62	79-00

Директор
Зав. производством
Калькулятор



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