

МЕНЮ
на 22 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)							
224/17	Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком	150/30	15,62	14,8	49,07	392,1	50-13
685/04	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58,0	1-86
ТУ произв.	Хлеб пшеничный	50	4,25	0,8	27,1	<u>134,2</u>	<u>2-18</u>
						584,3	54-17
ОБЕД (2 смена)							
140/04	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	4,64	7,36	16,8	96,0	6-48
Утв.	Котлета рубленая филе из птицы	100	15,2	13,6	13,5	238,0	40-17
310/17	Картофель отварной	150	3,5	4,5	23,7	253,06	11-25
321/17	Капуста тушеная	60	2,04	3,6	7,8	77,0	3-65
349/17	Компот из сухофруктов	200	0,4		30,4	142,0	3-07
ТУ произв.	Хлеб пшеничный	73	6,23	1,24	39,7	195,9	3-18
122/89	Яблоки	100	0,55	-	7,35	<u>31,0</u>	<u>11-20</u>
						1032,96	79-00

(5 — 11 класс)

Рецеп.	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерге- тическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
Комплекс							
268/17	Шницель руб. с соусом (80/45)	125	10,95	12,4	18,05	227,0	44-23
303/17	Каша гречневая вязкая	180	5,4	8,1	26,8	205,2	8-27
321/17	Капуста тушеная	75	2,0	3,4	8,0	70,5	4-56
686/04	Чай с лимоном	200/7	0,3		15,2	60,0	4-16
ТУ произв.	Хлеб пшеничный	93	7,94	1,58	50,59	249,6	4-05
122/89	Яблоки	100	0,55	-	7,35	<u>31,0</u>	<u>11-20</u>
						843,3	76-4

Директор
Зав. производством
Калькулятор



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

МЕНЮ
на 22 сентября 2020 года
для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
гимназии № 12

(5 — 11 класс)

Рецеп.	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерге- тическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
	ЗАВТРАК						
т.22/97	Масло сливочное	15	0,02	9,5	0,9	115,5	9-24
97/04	Сыр твердый	30	6,9	8,7		108,0	18-24
262/96	Каша рисовая молочная с маслом, сахаром	200/15/15	2,2	8,2	21,0	172,0	21-39
685/04	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58,0	1-86
ТУ произв.	Хлеб пшеничный	80	6,83	1,36	43,52	<u>214,7</u>	<u>3-48</u>
	Итого завтрак					668,2	54-21
	ОБЕД						
140/04	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5,8	9,2	21,0	120,0	8-10
268/17	Шницель руб. с соусом (80/45)	125	10,95	12,4	18,05	227,0	44-23
303/17	Каша гречневая вязкая	180	5,4	8,1	26,8	205,2	8-27
321/17	Капуста тушеная	50	1,25	2,3	5,35	47,0	3-04
685/04	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58,0	1-86
ТУ произв.	Хлеб пшеничный	81	6,92	1,38	44,06	217,4	3-54
122/89	Яблоки	70	0,37	-	5,15	<u>21,7</u>	<u>7-84</u>
	Итого обед					896,3	76-88
	ИТОГО					1564,5	131-09

Директор
Зав. производством
Калькулятор



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

МЕНЮ
на 22 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							
224/17	Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком	150/30	15,62	14,8	49,07	392,1	50-13
685/04	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58,0	1-86
ТУ произв.	Хлеб пшеничный	50	4,25	0,8	27,1	134,2	2-18
Итого завтрак						584,3	54-17
ОБЕД							
140/04	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	4,6	7,4	16,8	96,0	6-48
268/17	Шницель руб. из говядины	80	14,0	14,9	17,2	272,8	40-16
303/17	Каша гречневая вязкая	150	3,5	4,5	23,7	253,1	6-89
685/04	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58,0	1-86
ТУ произв.	Хлеб пшеничный	51	4,36	0,87	27,74	136,9	2-21
122/89	Яблоки	70	0,37	-	5,15	21,7	7-84
Итого обед						838,5	65-44
Комплекс (2 смена)							
ЗАВТРАК							
268/17	Шницель руб. из говядины	80	14,0	14,9	17,2	272,8	40-16
303/17	Каша гречневая вязкая	150	3,5	4,5	23,7	253,1	6-89
321/17	Капуста тушеная	60	2,04	3,6	7,8	77,0	3-65
349/17	Компот из сухофруктов	200	0,4	-	30,4	142,0	3-07
ТУ произв.	Хлеб пшеничный	62	5,29	1,05	33,73	166,4	2-71
122/89	Яблоки	80	0,89	-	11,7	49,6	8-96
Итого завтрак						960,9	65-44
ОБЕД							
140/04	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	4,64	7,36	16,8	96,0	6-48
Утв.	Котлета рубленая филе из птицы	100	15,2	13,6	13,5	238,0	40-17
310/17	Картофель отварной	150	3,5	4,5	23,7	253,06	11-25
321/17	Капуста тушеная	60	2,04	3,6	7,8	77,0	3-65
349/17	Компот из сухофруктов	200	0,4	-	30,4	142,0	3-07
ТУ произв.	Хлеб пшеничный	73	6,23	1,24	39,7	195,9	3-18
122/89	Яблоки	100	0,55	-	7,35	31,0	11-20
Итого обед						1032,96	79-00

Директор
Зав. производством
Калькулятор



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