







**МЕНЮ**  
 На 25 октября 2023 года  
 для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья  
 гимназии № 12



Рецеп.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность	Цена, руб. коп.
<b>(1 — 4 класс)</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
101/04	Икра кабачковая	60	1,2	5,4		57,6	14,98
204/17	Макаронные изделия отварные с сыром	150	8,1	9,25	25,58	250,5	38,80
377/17	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	4,15
	Батон домашний	30	2,37	0,3	14,49	70,5	1,33
338/17	Мандарины	100	0,21	0,4	9,8	47	17,19
	<b>Итого завтрак</b>	<b>562</b>	<b>12,0</b>	<b>15,37</b>	<b>65,07</b>	<b>487,6</b>	<b>76,45</b>
<b>ОБЕД</b>							
47/17	Салат из квашеной капусты	60	1,0	3,0	5,1	51,4	13,42
102/17	Суп картофельный с горохом и зеленью	200/2	4,40	4,2	13,20	118,60	7,62
291/17	Плов из филе птицы	200	17,69	21,19	29,24	335	57,38
389/17	Сок фруктовый	200	1,0		20,2	84,8	13,76
	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
338/17	Яблоко	100	0,6	0,6	14,49	68,15	10,40
	<b>Итого обед</b>	<b>832</b>	<b>28,70</b>	<b>27,77</b>	<b>112,77</b>	<b>810,0</b>	<b>107,03</b>
<b>(5 — 11 класс)</b>							
Рецеп.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность	Цена, руб. коп.
<b>ЗАВТРАК</b>							
291/17	Плов из филе птицы	225	19,9	23,8	32,8	366,8	64,86
70/17	Огурец свежий	60	0,48	0,06	1,02	6	10,10
377/17	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	4,15
	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
	Печенье	30	1,2	2,9	22,3	125,0	6,91
	<b>Итого завтрак</b>	<b>607</b>	<b>25,15</b>	<b>27,54</b>	<b>102,52</b>	<b>708,2</b>	<b>90,13</b>
<b>ОБЕД</b>							
67/17	Винегрет овощной	100	1,4	10	6,8	124	17,55
102/17	Суп картофельный с горохом и зеленью	250/2	5,5	5,25	16,5	148,25	9,35
234/17	Котлета рыбная с соусом сметанным с томатом	100/50	12,27	10,12	20,5	224,88	35,84
312/17	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,5	164,7	27,94
389/17	Сок фруктовый	200	1,0		20,2	84,8	13,76
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	Мандарины	100	0,6	0,6	14,7	70,5	17,19
	<b>Итого обед</b>	<b>1062</b>	<b>30,18</b>	<b>32,29</b>	<b>131,83</b>	<b>970,53</b>	<b>126,18</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>1669</b>	<b>55,33</b>	<b>59,83</b>	<b>234,35</b>	<b>1678,73</b>	<b>216,31</b>

Директор  
 Зав. производством  
 Калькулятор

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





**МЕНЮ**  
На 25 октября 2023 года  
для гимназии № 12

«Приятного аппетита!»

Рецеп.	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
<b>(1 — 4 класс)</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
101/04	Икра кабачковая	60	1,2	5,4		57,6	14,98
204/17	Макаронные изделия отварные с сыром	150	8,1	9,25	25,58	250,5	38,80
377/17	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	4,15
	Батон домашний	30	2,37	0,3	14,49	70,5	1,33
338/17	Мандарины	100	0,21	0,4	9,8	47	17,19
	<b>Итого завтрак</b>	<b>562</b>	<b>12,0</b>	<b>15,37</b>	<b>65,07</b>	<b>487,6</b>	<b>76,45</b>
<b>ОБЕД</b>							
47/17	Салат из квашеной капусты	60	1,0	3,0	5,1	51,4	13,42
102/17	Суп картофельный с горохом и зеленью	200/2	4,40	4,2	13,20	118,60	7,62
291/17	Плов из филе птицы	200	17,69	21,19	29,24	335	57,38
389/17	Сок фруктовый	200	1,0		20,2	84,8	13,76
	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
338/17	Яблоко	100	0,6	0,6	14,49	68,15	10,40
	<b>Итого обед</b>	<b>832</b>	<b>28,70</b>	<b>27,77</b>	<b>112,77</b>	<b>810,0</b>	<b>107,03</b>
<b>(5 — 11 класс)</b>							
Рецеп.	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
<b>ЗАВТРАК</b>							
291/17	Плов из филе птицы	225	19,9	23,8	32,8	366,8	64,86
70/17	Огурец свежий	60	0,48	0,06	1,02	6	10,10
377/17	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	4,15
	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
	Печенье	30	1,2	2,9	22,3	125,0	6,91
	<b>Итого завтрак</b>	<b>607</b>	<b>25,15</b>	<b>27,54</b>	<b>102,52</b>	<b>708,2</b>	<b>90,13</b>
<b>ОБЕД</b>							
67/17	Винегрет овощной	100	1,4	10	6,8	124	16,55
102/17	Суп картофельный с горохом	250	5,5	5,25	16,5	148,25	7,64
291/17	Плов из филе птицы	200	17,69	21,19	29,24	335	57,38
342/17	Компот из яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,6	4,01
	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
	<b>Итого обед</b>	<b>830</b>	<b>29,68</b>	<b>35,46</b>	<b>116,45</b>	<b>898,75</b>	<b>90,13</b>

Директор  
Зав. производством  
Калькулятор



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

