





**МЕНЮ**  
 На 30 мая 2023 года  
 для обучающихся с ограниченными возможностями  
 гимназии № 12



Рецепт	Наименование Блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность ккал	Цена, руб коп
<b>(1 — 4 класс)</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
224/17, 405/21	Запеканка из творога с морковью с соусом молочный	170	10,92	13,62	35,62	337,64	62,11
376/17	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	2,05
338/17	Яблоко	100	0,4	0,4	10,3	47	10,40
	Батон домашний	40	3,16	0,3	19,32	94	1,89
	<b>Итого завтрак</b>	<b>525</b>	<b>14,55</b>	<b>14,34</b>	<b>80,24</b>	<b>538,64</b>	<b>76,45</b>
<b>ОБЕД</b>							
47/17	Салат из квашеной капусты	60	1,0	3,0	5,1	51,4	14,75
155/16	Суп лапша с мясом птицы и зеленью	200/25/2	7,77	10,51	10,51	175,60	19,43
234/17, 331/17	Биточки рыбные с соусом сметанным с томатом	100/30	12,27	10,12	20,14	224,88	34,86
310/17	Картофель отварной	150	2,85	4,33	23,01	142,33	21,35
389/17	Сок фруктовый	200	1,0		20,2	84,8	12,80
	Батон домашний	30	2,37	0,3	14,49	70,5	1,41
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	15,84	79,2	2,43
	<b>Итого обед</b>	<b>837</b>	<b>29,90</b>	<b>28,74</b>	<b>109,29</b>	<b>828,71</b>	<b>107,03</b>
<b>5-11 класс</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
209/17	Яйцо вареное	1/40	5,1	4,6	0,3	63,0	11,78
234/17, 331/17	Биточки рыбные с соусом сметанным с томатом	100/50	12,27	10,12	25,14	224,88	35,86
312/17	Пюре картофельное	180	3,07	5,76	24,48	164,7	24,06
70/17	Помидор свежий	60	0,48	0,06	1,02	6,00	12,67
376/17	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	2,05
	Батон домашний	40	3,16	0,4	19,32	94	1,89
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	59,4	1,82
	<b>Итого завтрак</b>	<b>715</b>	<b>26,13</b>	<b>21,32</b>	<b>97,14</b>	<b>671,98</b>	<b>90,13</b>
<b>ОБЕД</b>							
67/17	Винегрет овощной	100	1,4	10	6,8	124	17,39
155/16	Суп лапша с мясом птицы и зеленью	250/25/2	8,77	11,51	11,51	175,6	21,12
260/17	Гуляш из свинины	100	11,2	16,55	3,85	221,4	38,65
303/17	Каша гречневая	180	5,5	5,76	30,63	174,6	10,99
389/17	Сок фруктовый	200	1		20,2	84,8	12,80
Утв.	Батон домашний	50	3,95	0,5	24,15	117,5	2,36
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	59,4	1,82
338/17	Мандарины	100	0,4	0,3	10,3	47	21,05
	<b>Итого обед</b>	<b>1037</b>	<b>34,2</b>	<b>38,69</b>	<b>119,32</b>	<b>1004,3</b>	<b>126,18</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>1752</b>	<b>60,33</b>	<b>60,01</b>	<b>216,46</b>	<b>1676,28</b>	<b>216,31</b>

Директор  
 Зав.производством  
 Калькулятор

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



**МЕНЮ**  
На 30 мая 2023 года  
для гимназии № 12



«Повышение аппетита»

Рецепт	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	*Углеводы, г	Энергетическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
<b>(1 — 4 класс)</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
224/17, 405/21	Запеканка из творога с морковью с соусом молочный	170	10,92	13,62	35,62	337,64	62,11
376/17	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	2,05
338/17	Яблоко	100	0,4	0,4	10,3	47	10,40
	Батон домашний	40	3,16	0,3	19,32	94	1,89
	<b>Итого завтрак</b>	<b>525</b>	<b>14,55</b>	<b>14,34</b>	<b>80,24</b>	<b>538,64</b>	<b>76,45</b>
<b>ОБЕД</b>							
47/17	Салат из квашеной капусты	60	1,0	3,0	5,1	51,4	14,75
155/16	Суп лапша с мясом птицы и зеленью	200/25/2	7,77	10,51	10,51	175,60	19,43
234/17, 331/17	Биточки рыбные с соусом сметанным с томатом	100/30	12,27	10,12	20,14	224,88	34,86
310/17	Картофель отварной	150	2,85	4,33	23,01	142,33	21,35
389/17	Сок фруктовый	200	1,0		20,2	84,8	12,80
	Батон домашний	30	2,37	0,3	14,49	70,5	1,41
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	15,84	79,2	2,43
	<b>Итого обед</b>	<b>837</b>	<b>29,90</b>	<b>28,74</b>	<b>109,29</b>	<b>828,71</b>	<b>107,03</b>
<b>5 -11 класс</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
209/17	Яйцо вареное	1/40	5,1	4,6	0,3	63,0	11,78
234/17, 331/17	Биточки рыбные с соусом сметанным с томатом	100/50	12,27	10,12	25,14	224,88	35,86
312/17	Пюре картофельное	180	3,07	5,76	24,48	164,7	24,06
70/17	Помидор свежий	60	0,48	0,06	1,02	6,00	12,67
376/17	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	2,05
	Батон домашний	40	3,16	0,4	19,32	94	1,89
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	59,4	1,82
	<b>Итого завтрак</b>	<b>715</b>	<b>26,13</b>	<b>21,32</b>	<b>97,14</b>	<b>671,98</b>	<b>90,13</b>
<b>ОБЕД</b>							
15/17	Сыр порционный	15	4	4		54	15,30
103/17	Суп картофельный с вермишелью	250	2,7	2,8	17,5	118,25	11,46
234/17	Биточки рыбные	100	12,27	10,12	20,14	224,88	29,04
312/17	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,5	164,7	24,06
349/17	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32	132,8	6,09
	Батон домашний	50	3,95	0,5	24,15	117,5	2,36
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	59,4	1,82
	<b>Итого обед</b>	<b>825</b>	<b>29,24</b>	<b>23,63</b>	<b>130,17</b>	<b>871,53</b>	<b>90,13</b>

Директор  
Зав. производством  
Калькулятор



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