





МЕНЮ
На 3 февраля 2023 года
для гимназии № 12

«Применого аштитал»

Рецеп.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Энерге-тическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
(1 — 4 класс)							
ЗАВТРАК							
		60	0,48	0,06	1,02	6,00	14,70
70/17	Огурец соленый						
239/17, 331/17	Тефтели рыбные с соусом сметанным с томатом	100/30	9,1	10,7	14	161,56	36,90
312/17	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,4	137,25	19,05
377/17	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	3,91
	Батон домашний	40	3,16	0,4	19,32	94	1,89
	Итого завтрак	592	15,93	15,98	64,94	460,81	76,45
ОБЕД							
67/17	Винегрет овощной	60	0,84	6,06	4,08	74,4	12,46
96/17	Рассольник Ленинградский с зеленью	200/2	1,6	4,1	9,58	85,8	11,83
318/16	Котлета руб. из мяса птицы	90	13,7	19,9	13,8	289,8	30,81
302/17	Рис отварной	150	3,8	3,07	40	202,95	12,99
348/17	Компот из клубники	200	0,33	0,01	28,83	118	11,00
	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
338/17	Мандарины	100	0,6	0,3	10,3	47	24,10
	Итого обед	875	25,88	34,22	136,92	967,65	107,03
(5 — 11 класс)							
ЗАВТРАК							
224/17	Запеканка из творога с морковью с соусом молочный (170/20)	190	11,92	21,62	40,62	389,14	69,78
376/17	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	1,99
	Батон домашний	50	3,24	0,05	24,15	117,5	2,36
338/17	Яблоко	100	0,4	0,3	10,3	47	16,00
	Итого завтрак	555	15,63	21,99	90,07	613,64	90,13
ОБЕД							
96/17	Рассольник Ленинградский	250	2,37	5,10	12,00	107,25	12,86
318/16	Котлета руб. из мяса птицы	100	15,20	22,10	15,30	322,00	31,81
304/17	Рис отварной	180	4,60	6,40	44,00	251,60	15,58
70/17	Огурец соленый	60	0,48	0,06	1,02	6,00	14,70
348/17	Компот из клубники	200	0,33	0,01	28,83	118,00	11,00
	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
	Итого обед	870	28,91	34,53	137,18	981,75	90,13

Директор
Зав.производством
Калькулятор



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



