

МЕНЮ
на 3 сентября 2020 года
для гимназии № 12

«Приятного аппетита!»

Рецеп.	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерге- тическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
ЗАВТРАК							
97/04	Сыр твердый	20	4,6	5,8		72,0	12-16
т.22/97	Масло сливочное	15	0,12	10,88	0,2	99,0	9-24
262/96	Каша манная на молоке с маслом слив., сахаром	200/15/20	6,4	13,5	42,1	316,7	21-02
698/97	Компот из черной смородины	200	0,4		30,04	142,0	9-57
Утв.	Батон домашний	50	4,25	0,8	27,1	<u>134,1</u>	<u>2-18</u>
						763,8	54-17
ОБЕД							
138/04	Суп картофельный с рисовой крупой	200	4,0	4,48	17,9	107,2	5-91
487/04	Цыплята отварные	100	15,7	17,0	9,0	280,0	30-81
516/04	Макароны отварные	200	7,2	7,6	40,5	260,9	11-77
т. 31/97	Икра кабачковая	120	1,0	4,0	6,6	67,7	17-89
698/97	Компот из черной смородины	200	0,4		30,04	142,0	9-57
Утв.	Батон домашний	70	5,95	1,1	37,9	<u>187,7</u>	<u>3-05</u>
						1045,5	79-00

Директор

Зав. производством

Калькулятор



М.Ф. Марченко

М.Н. Шевченко

Л.В. Синцова

МЕНЮ
на 3 сентября 2020 года
для гимназии № 12

«Приятного аппетита!»

Рецеп.	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерге- тическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
ЗАВТРАК							
487/04	Цыплята отварные	125	19,6	21,3	11,3	350,0	38-51
510/04	Каша пшеничная	180	3,78	7,2	37,6	183,6	6-19
262/96	Капуста тушеная	50	1,3	2,3	5,35	47,0	4-42
698/97	Компот из черной смородины	200	0,4		30,04	142,0	9-57
Утв.	Батон домашний	95	8,11	1,62	51,68	255,0	4-34
122/89	Яблоко	120	1,3	-	17,6	<u>74,4</u>	<u>13-44</u>
						1052,0	76-47

Директор

Зав. производством

Калькулятор



М.Ф. Марченко

М.Н. Шевченко

Л.В. Синцова

МЕНЮ
на 3 сентября 2020 года
для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
гимназии № 12

Рецеп.	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерге- тическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
Комплексе 1							
ЗАВТРАК							
487/04	Цыплята отварные	125	19,6	21,3	11,25	350,9	38-51
510/04	Каша пшеничная	150	3,15	6,0	31,3	153,0	5-16
262/96	Капуста тушеная	100	2,6	4,6	10,7	94,0	8-84
698/97	Компот из черной смородины	200	0,4		30,04	142,0	9-57
Утв.	Батон домашний	75	6,4	1,3	40,8	201,3	3-36
Итого завтрак						941,2	65-44
ОБЕД							
138/04	Суп картофельный с рисовой крупой	200	4,0	4,48	17,9	107,2	5-91
487/04	Цыплята отварные	100	15,7	17,0	9,0	280,0	30-81
516/04	Макароны отварные	200	7,2	7,6	40,5	260,9	11-77
т. 31/97	Икра кабачковая	120	1,0	4,0	6,6	67,7	17-89
698/97	Компот из черной смородины	200	0,4		30,04	142,0	9-57
Утв.	Батон домашний	70	5,95	1,1	37,9	187,7	3-05
Итого обед						1045,5	79-00
ИТОГО						1986,7	144-44
Комплексе 2							
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	18-23
262/96	Каша манная молочная с маслом, сахаром	200/15/15	3,0	8,2	20,0	172,0	20-73
686/04	Чай с лимоном	200/7	0,3		15,2	60,0	4-07
Утв.	Батон домашний	80	6,8	1,35	43,5	214,7	3-48
Итого завтрак						670,2	55-75
ОБЕД							
138/04	Суп картофельный с рисовой крупой	250	5,0	5,6	22,4	134,0	7-39
487/04	Цыплята отварные	100	15,7	17,0	9,0	280,0	30-81
516/04	Макароны отварные	180	6,3	8,4	32,3	264,6	10-59
78/04	Икра свекольная	45	1,1	3,4	3,8	90,0	2-88
640/04	Кисель из черной смородины	200	0,2		29,0	116,8	8-99
Утв.	Батон домашний	80	6,8	1,35	43,5	214,7	3-48
122/89	Яблоки	100	1,1	-	14,7	62,0	11-20
Итого обед						1162,1	75-34
ИТОГО						1832,3	131-09

Директор
Зав. производством
Калькулятор



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