



МЕНЮ
На 4 апреля 2023 года
для гимназии №12

Рецеп.	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
(1 — 4 класс)							
ЗАВТРАК							
224/17, 405/21	Запеканка из творога с морковью с соусом молочный	170	10,92	13,62	35,62	337,64	61,96
376/17	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	1,99
338/17	Яблоко	100	0,4	0,4	10,3	47	10,61
	Батон домашний	40	3,16	0,3	19,32	94	1,89
	Итого завтрак	525	14,55	14,34	80,24	538,64	76,45
ОБЕД							
47/17	Салат из квашеной капусты	60	1,0	3,0	5,1	51,4	14,41
155/16	Суп лапша с мясом птицы и зеленью	200/25/2	7,77	10,51	10,51	175,60	19,77
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
	Итого обед	837	29,90	28,74	109,29	828,71	107,03
5 -11 класс							
ЗАВТРАК							
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	35,92
312/17	Пюре картофельное	180	3,07	5,76	24,48	164,7	24,06
70/17	Помидор соленый	60	0,48	0,06	1,02	6,00	12,67
376/17	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	1,99
	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
	Итого завтрак	715	26,13	21,32	97,14	671,98	90,13
ОБЕД							
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	10,94
234/17	Биточки рыбные	100	12,27	10,12	20,14	224,88	29,64
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	6,01
	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	825	29,24	23,63	130,17	871,53	90,13

Директор
Зав. производством
Калькулятор



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



МЕНЮ

На 4 апреля 2023 года
для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
гимназии № 12

«Приятного аппетита»

Рецеп.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Энерге-тическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
(1 — 4 класс)							
ЗАВТРАК							
224/17, 405/21	Запеканка из творога с морковью с соусом молочный	170	10,92	13,62	35,62	337,64	61,96
376/17	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	1,99
338/17	Яблоко	100	0,4	0,4	10,3	47	10,61
	Батон домашний	40	3,16	0,3	19,32	94	1,89
	Итого завтрак	525	14,55	14,34	80,24	538,64	76,45
ОБЕД							
47/17	Салат из квашеной капусты	60	1,0	3,0	5,1	51,4	14,41
155/16	Суп лапша с мясом птицы и зеленью	200/25/2	7,77	10,51	10,51	175,60	19,77
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
	Итого обед	837	29,90	28,74	109,29	828,71	107,03
5-11 класс							
ЗАВТРАК							
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	35,92
312/17	Пюре картофельное	180	3,07	5,76	24,48	164,7	24,06
70/17	Помидор соленый	60	0,48	0,06	1,02	6,00	12,67
376/17	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	1,99
	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
	Итого завтрак	715	26,13	21,32	97,14	671,98	90,13
ОБЕД							
67/17	Винегрет овощной	100	1,4	10	6,8	124	16,52
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	38,07
303/17	Каша гречневая	180	5,5	5,76	30,63	174,6	12,44
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
	Итого обед	1037	34,2	38,69	119,32	1004,3	126,18
	ИТОГО	1752	60,33	60,01	216,46	1676,28	216,31

Директор
Зав.производством
Калькулятор

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









