

МЕНЮ
На 4 мая 2023 года
для гимназии № 12



Рецеп.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Энергетическая ценность ккал	Цена, руб коп.
(1 — 4 класс)							
ЗАВТРАК							
70/17	Огурец соленый	60	0,48	0,06	1,02	6,00	13,70
ггх 104, 331/17	Тефтели из птицы с соусом сметанным с томатом	90/30	12,84	16,63	9,75	244,15	34,18
302/17	Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,3	4,50	38,85	221,3	8,80
382/17	Какао с молоком	200	4,07	3,54	17,58	118,6	17,88
Утв.	Батон домашний	40	3,16	0,4	19,32	94	1,89
	Итого завтрак	570	26,85	25,13	86,52	684,00	76,45
ОБЕД							
г 24/96	Зеленый горошек	60	1,92	1,2	10,4	46	18,65
99/17	Суп из овощей с зеленью	200/2	1,30	4	7,30	76,20	14,03
259/17	Жаркое по-домашнему (свинина)	200	12,78	22,27	20,81	361,62	57,71
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	732	22,01	28,25	89,04	718,32	107,03
(5 — 11 класс)							
ЗАВТРАК							
53/17	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	0,65	4,12	19,28	82,9	10,83
259/17	Жаркое по-домашнему (свинина)	200	12,78	22,27	20,81	361,62	57,71
382/17	Какао с молоком	200	4,07	3,54	17,58	118,6	17,88
Утв.	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	570	22,64	30,69	88,87	716,52	90,13
ОБЕД							
99/17	Суп из овощей	250	1,59	5	9,1	95,25	14,49
292/17	Птица тушенная в соусе с овощами	225	20,01	18,55	19,35	356,05	51,10
349/17	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32	132,8	6,01
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
	Печенье	45	1,6	3,9	29,7	166,7	14,35
	Итого обед	800	29,79	28,4	126,18	927,7	90,13

Директор
Зав. производством
Калькулятор



М.Ф. Марченко
А.С. Сысова
Л.В. Синцова











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

Рецепт	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
(1 — 4 класс)							
ЗАВТРАК							
70/17	Огурец соленый	60	0,48	0,06	1,02	6,00	
гтк 104, 331/17	Тефтели из птицы с соусом сметанным с томатом	90/30	12,84	16,63	9,75	244,15	13,70
302/17	Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,3	4,30	38,85	221,3	8,80
382/17	Какао с молоком	200	4,07	3,54	17,58	118,6	17,88
Утв.	Батон домашний	40	3,16	0,4	19,32	94	1,89
	Итого завтрак	570	26,85	25,13	86,52	684,00	76,45
ОБЕД							
г.24/96	Зеленый горошек	60	1,92	1,2	10,4	46	18,65
99/17	Суп из овощей с зеленью	200/2	1,30	4	7,30	76,20	14,03
259/17	Жаркое по-домашнему (свинина)	200	12,78	22,27	20,81	361,62	57,71
389/17	Сок фруктовый	200	1,0		20,2	84,8	12,80
Утв.	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	732	22,01	28,25	89,04	718,32	107,03
(5 — 11 класс)							
Рецепт	ЗАВТРАК	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
53/17	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	0,65	4,12	19,28	82,9	10,83
259/17	Жаркое по-домашнему (свинина)	200	12,78	22,27	20,81	361,62	57,71
382/17	Какао с молоком	200	4,07	3,54	17,58	118,6	17,88
Утв.	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	570	22,64	30,69	88,87	716,52	90,13
ОБЕД							
99/17	Суп из овощей с зеленью	250/2	1,59	5	9,1	95,25	16,21
292/17	Филе птицы тушенное в соусе с овощами	225	20,01	18,55	15,35	356,05	77,04
389/17	Сок фруктовый	200	1,0	0,09	20,2	84,8	12,80
Утв.	Батон домашний	50	3,95	0,5	24,15	117,5	2,36
Утв.	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	59,4	1,82
	Печенье	50	1,7	4,3	35	185,2	13,95
	Итого обед	807	30,23	28,71	115,68	898,2	126,18
	ИТОГО	1377	52,87	59,4	204,55	1614,72	216,31

Директор
 Зав. производством
 Калькулятор

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

