

МЕНЮ

На 4 октября 2022 года
для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
гимназии № 12

«Приятного аппетита»

Рецепт	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Энерге-тическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
(1 — 4 класс)							
ЗАВТРАК							
224/17, 334/17	Запеканка из творога с морковью с соусом клубничным	170	10,92	13,62	35,62	337,64	63,03
376/17	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	1,99
428/17	Булочка школьная	40	3,34	1,28	17,94	86,66	2,35
338/17	Яблоко	100	0,4	0,3	10,3	47	9,08
	Итого завтрак	525	14,73	15,22	78,86	531,3	76,45
ОБЕД							
47/17	Салат из квашеной капусты	60	1	3	5,1	51,4	14,31
155/16	Суп лапша с мясом птицы и зеленью	200/25/2	7,77	10,51	10,51	175,60	15,03
234/17, 331/17	Биточки рыбные с соусом сметанным с томатом	100/30	12,27	10,12	20,14	224,88	42,88
310/17	Картофель отварной	150	2,85	4,33	23,01	142,33	18,17
389/17	Сок фруктовый	200	1,0	2,80	20,2	84,8	12,80
Утв.	Батон домашний	30	2,37	0,3	14,49	70,5	1,41
312/17	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	15,84	79,2	2,43
349/17	Итого обед	837	29,90	28,74	109,29	828,71	107,03
5-11 класс							
ЗАВТРАК							
		30	1,98	0,36	11,88	59,4	1,82
209/17	Яйцо вареное	1/40	5,1	4,6	0,3	63,0	8,60
234/17, 331/17	Биточки рыбные с соусом сметанным с томатом	100/50	12,27	10,12	25,14	224,88	43,87
312/17	Пюре картофельное	180	3,07	5,76	24,48	164,7	21,86
70/17	Огурец свежий	50	0,40	0,05	0,85	5,00	10,10
376/17	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	1,99
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	705	26,05	21,31	96,97	670,98	90,13
ОБЕД							
67/17	Винегрет овощной	100	1,4	10	6,8	124	21,63
155/16	Суп лапша с мясом птицы и зеленью	250/25/2	8,77	11,51	11,51	175,6	20,97
255/17	Печень по-строгановски	100	13,26	11,23	3,52	185	45,03
171/17	Каша пшеничная рассыпчатая	180	3,8	5,09	24,5	182,88	11,01
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
ТУ	Мармелад	30	0,02		13,82	96,3	10,56
	Итого обед	967	34,18	38,69	116,38	1025,48	126,18
	ИТОГО	1672	60,23	60	213,35	1696,46	216,31

Директор
Зав. производством
Калькулятор



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





МЕНЮ
На 4 октября 2022 года
для гимназии № 12

«Приятного аппетита»

Рецепт	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
(1 — 4 класс)							
ЗАВТРАК							
224/17, 334/17	Запеканка из творога с морковью с соусом клубничным	170	10,92	13,62	35,62	337,64	63,03
376/17	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	1,99
428/17	Булочка школьная	40	3,34	1,28	17,94	86,66	2,35
338/17	Яблоко	100	0,4	0,3	10,3	47	9,08
	Итого завтрак	525	14,73	15,22	78,86	531,30	76,45
ОБЕД							
47/17	Салат из квашеной капусты	60	1,0	3,0	5,1	51,4	14,31
155/16	Суп лапша с мясом птицы и зеленью	200/25/2	7,77	10,51	10,51	175,60	15,03
234/17, 331/17	Биточки рыбные с соусом сметанным с томатом	100/30	12,27	10,12	20,14	224,88	42,88
310/17	Картофель отварной	150	2,85	4,33	23,01	142,33	18,17
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	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	8,60
234/17, 331/17	Биточки рыбные с соусом сметанным с томатом	100/50	12,27	10,12	25,14	224,88	43,87
312/17	Пюре картофельное	180	3,07	5,76	24,48	164,7	21,86
70/17	Огурец свежий	50	0,40	0,05	0,85	5,00	10,10
376/17	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	1,99
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	705	26,05	21,31	96,97	670,98	90,13
ОБЕД							
15/17	Сыр порционный	15	4	4		54	14,33
103/17	Суп картофельный с вермишелью	250	2,7	2,8	17,5	118,25	10,78
234/17	Биточки рыбные	100	12,27	10,12	20,14	224,88	32,97
312/17	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,5	164,7	21,86
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
	Итого обед	825	29,24	23,63	130,17	871,53	90,13

директор
в.производством
пьюклятор



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

