

МЕНЮ
на 4 сентября 2020 года
для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
гимназии № 12
(1 — 4 класс)

Рецеп.	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерге- тическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
Комплекс (1 смена)							
ЗАВТРАК							
393/97	Колбаса вареная отварная	80	5,2	12,8	1,2	143,7	38-35
510/04	Каша гречневая вязкая	150	4,5	5,0	20,5	145,5	6-89
534/04	Капуста тушеная	60	1,2	2,2	4,7	46,2	4-99
685/04	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58,0	1-76
Утв.	Батон домашний	50	4,25	0,8	27,1	<u>134,1</u>	<u>2-18</u>
						527,5	54-17
ОБЕД							
110/04	Борщ с капустой и картофелем	200	9,04	9,44	10,48	96,8	7-13
309/96	Рыба тушеная в томате с овощами (75/75)	150	15,4	15,86	7,35	163,5	29-76
518/04	Картофель отварной	150	2,8	5,6	19,9	150,0	11-25
г.24/94	Зеленый горошек	50	1,6	1,0	3,7	21,7	11-30
241/04	Компот из сухофруктов	200	0,4		30,4	142,0	2-95
Утв.	Батон домашний	70	5,98	1,19	38,08	<u>187,2</u>	<u>3-05</u>
						761,9	65-44
ИТОГО						1289,4	119-61
Комплекс (2 смена)							
ЗАВТРАК							
309/96	Рыба тушеная в томате с овощами (75/75)	150	15,44	15,86	7,35	163,5	29-76
518/04	Картофель отварной	150	2,8	5,6	19,9	150,0	11-25
г.24/96	Огурец свежий	80	0,9	0,1	2,5	14,9	7-45
241/04	Компот из сухофруктов	200	0,4		30,4	142,0	2-95
Утв.	Батон домашний	65	5,55	1,11	35,36	174,5	2-83
122/89	Яблоки	100	1,1	-	14,7	<u>62,0</u>	<u>11-20</u>
						706,9	65-44
ОБЕД							
110/04	Борщ с капустой и картофелем	200	9,04	9,44	10,48	96,8	7-13
309/96	Рыба тушеная в томате с овощами (75/75)	150	15,4	15,86	7,35	163,5	29-76
518/04	Картофель отварной	200	3,7	7,5	26,5	200,0	15-77
685/04	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58,0	1-76
Утв.	Батон домашний	50	4,25	0,8	27,1	134,1	2-18
122/89	Яблоки	200	1,1	-	14,7	<u>62,0</u>	<u>22-40</u>
						714,4	79-00
ИТОГО						1421,3	144,44

Директор
Зав. производством
Калькулятор



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

МЕНЮ
на 4 сентября 2020 года
для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
гимназии № 12
(5 — 11 класс)

Рецеп.	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерге- тическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
ЗАВТРАК							
324/97	Яйцо вареное	1 шт.	5,2	10,7	0,6	126,0	6-88
393/97	Сосиска отварная	80	8,8	8,9	1,9	212,8	38-99
т. 31/97	Икра кабачковая	60	0,5	2,0	3,3	33,8	8-95
686/04	Чай с лимоном	200/7	0,3		15,2	60,0	4-07
Утв.	Батон домашний	80	6,83	1,36	43,52	<u>214,7</u>	<u>3-48</u>
	Итого завтрак					647,3	62-37
ОБЕД							
110/04	Борщ с капустой и картофелем	250	11,3	11,8	13,1	121,0	8-91
309/96	Рыба тушеная в томате с овощами (75/75)	150	15,4	15,86	7,35	163,5	29-76
518/04	Картофель отварной	180	3,4	6,7	23,8	180,0	13-50
т.24/94	Зеленый горошек	45	1,4	0,9	3,3	19,5	10-12
241/04	Компот из сухофруктов	200	0,4		30,4	142,0	2-95
Утв.	Батон домашний	80	6,83	1,36	43,52	<u>214,7</u>	<u>3-48</u>
	Итого обед					840,7	68-72
	ИТОГО					1488,0	131-09

Директор
Зав. производством
Калькулятор



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

МЕНЮ
на 4 сентября 2020 года
для гимназии № 12
(1 — 4 класс)

«Приятного аппетита!»

Рецеп.	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерге- тическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
ЗАВТРАК (1 смена)							
393/97	Колбаса вареная отварная	80	5,2	12,8	1,2	143,7	38-35
510/04	Каша гречневая вязкая	150	4,5	5,0	20,5	145,5	6-89
534/04	Капуста тушеная	60	1,2	2,2	4,7	46,2	4-99
685/04	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58,0	1-76
Утв.	Батон домашний	50	4,25	0,8	27,1	<u>134,1</u>	<u>2-18</u>
						527,5	54-17
ОБЕД (2 смена)							
110/04	Борщ с капустой и картофелем	200	9,04	9,44	10,48	96,8	7-13
309/96	Рыба тушеная в томате с овощами (75/75)	150	15,4	15,86	7,35	163,5	29-76
518/04	Картофель отварной	200	3,7	7,5	26,5	200,0	15-77
685/04	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58,0	1-76
Утв.	Батон домашний	50	4,25	0,8	27,1	134,1	2-18
122/89	Яблоки	200	1,1	-	14,7	<u>62,0</u>	<u>22-40</u>
						714,4	79-00

Директор

Зав. производством

Калькулятор



М.Ф. Марченко

М.Н. Шевченко

Л.В. Синцова

МЕНЮ
на 4 сентября 2020 года
для гимназии № 12
(5 — 11 класс)

«Приятного аппетита!»

Рецеп.	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерге- тическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
Комплекс							
309/96	Рыба тушеная в томате с овощами (100/100)	200	18,6	20,0	8,8	218,0	37-17
518/04	Картофель отварной	180	3,4	6,7	23,8	180,0	13-50
г.24/96	Огурец свежий	100	1,1	0,12	3,1	18,6	8-67
241/04	Компот из сухофруктов	200	0,4		30,4	142,0	2-95
Утв.	Батон домашний	70	5,98	1,19	38,08	187,9	2-98
122/89	Яблоки	100	1,1	-	14,7	<u>62,0</u>	<u>11-20</u>
						808,5	76-47

Директор

Зав. производством

Калькулятор



М.Ф. Марченко

М.Н. Шевченко

Л.В. Синцова