



**МЕНЮ**  
 На 5 апреля 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
<b>1 — 4 класс</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
70/17	Помидор соленый	95	0,68	0,08	1,4	8,5	20,26
291/17	Плов из филе птицы	200	17,68	21,19	29,24	335	50,39
377/17	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	3,91
	Батон домашний	40	3,16	0,4	19,32	94	1,89
	<b>Итого завтрак</b>	<b>557</b>	<b>21,65</b>	<b>21,69</b>	<b>65,16</b>	<b>499,50</b>	<b>76,45</b>
<b>ОБЕД</b>							
70/17	Огурец соленый	60	0,48	0,06	1,02	6,0	13,70
84/17	Борщ с фасолью, картофелем и зеленью	200/2	3,13	4,29	13,29	105,64	12,50
297/17, 330/17	Фрикадельки из мяса птицы с соусом сметанный	90/30	13,64	14,92	6,76	176,26	41,64
302/17	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,77	4,3	39,73	214	15,40
457/16	Компот из черной смородины	200	0,2	0,03	22,25	87,4	19,95
	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
	<b>Итого обед</b>	<b>802</b>	<b>31,23</b>	<b>24,35</b>	<b>113,38</b>	<b>739,00</b>	<b>107,03</b>
<b>5 -11 класс</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
279/17, 331/17	Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом	100/50	7,88	12,2	13,4	220	61,93
303/17	Каша ячневая	180	3,88	5,07	30	211,1	8,80
70/17	Огурец соленый	60	0,5	0,06	1,02	6,0	13,70
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
	<b>Итого завтрак</b>	<b>675</b>	<b>17,45</b>	<b>18,11</b>	<b>90,62</b>	<b>650,50</b>	<b>90,13</b>
<b>ОБЕД</b>							
84/17	Борщ с фасолью, картофелем и зеленью	250/2	3,55	5,1	14,17	137,75	14,53
229/17	Рыба тушеная в томате с овощами	200	15,48	16,47	15,6	259,5	47,70
312/17	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,5	164,7	24,06
т. 24/96	Зеленый горошек	60	1,92	1,2	10,4	46	18,63
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
338/17	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5	11,05
	<b>Итого обед</b>	<b>1122</b>	<b>31,82</b>	<b>30,08</b>	<b>147,4</b>	<b>988,15</b>	<b>126,18</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>1797</b>	<b>49,27</b>	<b>48,19</b>	<b>238,02</b>	<b>1638,65</b>	<b>216,31</b>

Директор  
 Зав. производством  
 Калькулятор



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















**МЕНЮ**  
На 5 апреля 2023 года  
для гимназии № 12

«Привитого аппетита!»

Рецепт	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность ккал	Цена, руб/кг
<b>(1 — 4 класс)</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
70/17	Помидор соленый	95	0,68	0,08	1,4	8,50	20,26
291/17	Плов из филе птицы	200	17,68	21,19	29,24	335	50,39
377/17	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	3,91
	Батон домашний	40	3,16	0,4	19,32	94	1,89
	<b>Итого завтрак</b>	<b>557</b>	<b>21,65</b>	<b>21,69</b>	<b>65,16</b>	<b>499,50</b>	<b>76,45</b>
<b>ОБЕД</b>							
70/17	Огурец соленый	60	0,48	0,06	1,02	6,0	13,70
84/17	Борщ с фасолью, картофелем и зеленью	200/2	3,13	4,29	13,29	105,64	12,50
297/17, 330/17	Фрикадельки из мяса птицы с соусом сметанный	90/30	13,64	14,92	6,76	176,26	41,64
302/17	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,77	4,3	39,73	214	15,40
457/16	Компот из черной смородины	200	0,2	0,03	22,25	87,4	19,95
	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
	<b>Итого обед</b>	<b>802</b>	<b>31,23</b>	<b>24,35</b>	<b>113,38</b>	<b>739,00</b>	<b>107,03</b>
<b>5 -11 класс</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
279/17, 331/17	Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом	100/50	7,88	12,2	13,4	220	61,93
303/17	Каша ячневая	180	3,88	5,07	30	211,1	8,80
70/17	Огурец соленый	60	0,48	0,06	1,02	6,0	13,70
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
	<b>Итого завтрак</b>	<b>675</b>	<b>17,45</b>	<b>18,11</b>	<b>90,62</b>	<b>650,50</b>	<b>90,13</b>
<b>ОБЕД</b>							
84/17	Борщ с фасолью и картофелем	250	3,55	5,1	14,17	137,75	13,23
279/17, 331/17	Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом	100/50	10,88	12,2	13,4	240	61,93
303/17	Каша ячневая	180	3,88	5,07	30	211,1	8,80
376/17	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	1,99
	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
	<b>Итого обед</b>	<b>875</b>	<b>24,31</b>	<b>23,25</b>	<b>108,6</b>	<b>828,75</b>	<b>90,13</b>

Директор  
Зав. производством  
Калькулятор



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