



СОГЛАСОВАНО:  
 Директор МБОУ «Гимназия №12»  
 К.В.Репкина  
 «06 сентября 2023 года 12»



**МЕНЮ**  
 На 6 сентября 2023 года  
 для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья  
 гимназии № 12

Рецеп.	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Энерге-тическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
<b>1 — 4 класс</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
70/17	Помидор свежий	60	0,48	0,06	1,02	6,00	7,93
291/17	Плов из филе птицы	200	17,68	21,19	29,24	335	62,65
377/17	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	4,10
	Батон домашний	40	3,16	0,4	19,32	94	1,77
	<b>Итого завтрак</b>	<b>557</b>	<b>21,45</b>	<b>21,67</b>	<b>64,78</b>	<b>497,00</b>	<b>76,45</b>
<b>ОБЕД</b>							
70/17	Огурец свежий	60	0,48	0,06	1,02	6,0	14,11
84/17	Борщ с фасолью, картофелем и зеленью	200/2	3,13	4,29	13,29	105,64	12,91
297/17, 330/17	Фрикадельки из мяса птицы с соусом сметанный	90/30	13,64	14,92	6,76	176,26	40,99
302/17	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,77	4,3	39,73	214	14,96
457/16	Компот из черной смородины	200	0,2	0,03	22,25	87,4	19,61
	Батон домашний	30	2,37	0,3	14,49	70,5	1,33
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	15,84	79,2	3,12
	<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	61,29
303/17	Каша ячневая	180	3,88	5,07	30	211,1	8,44
70/17	Огурец свежий	60	0,48	0,06	1,02	6,0	14,11
376/17	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	2,18
	Батон домашний	40	3,16	0,4	19,32	94	1,77
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	59,4	2,34
	<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	15,08
229/17	Рыба тушеная в томате с овощами	200	15,48	16,47	15,6	259,5	44,00
312/17	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,5	164,7	28,63
г. 24/96	Зеленый горошек	60	1,92	1,2	10,4	46	18,65
349/17	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32	132,8	6,11
Утв.	Батон домашний	50	3,95	0,5	24,15	117,5	2,21
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	59,4	2,34
338/17	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5	9,16
	<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. Синцова

**МЕНЮ**  
На 6 сентября 2023 года  
для гимназии № 12



Рецеп.	Наименование блюд	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 свежий	60	0,48	0,06	1,02	6,00	7,93
291/17	Плов из филе птицы	200	17,68	21,19	29,24	335	62,65
377/17	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62	4,10
	Батон домашний	40	3,16	0,4	19,32	94	1,77
	<b>Итого завтрак</b>	<b>557</b>	<b>21,45</b>	<b>21,67</b>	<b>64,78</b>	<b>497,00</b>	<b>76,45</b>
<b>ОБЕД</b>							
70/17	Огурец свежий	60	0,48	0,06	1,02	6,0	14,11
84/17	Борщ с фасолью, картофелем и зеленью	200/2	3,13	4,29	13,29	105,64	12,91
297/17, 330/17	Фрикадельки из мяса птицы с соусом сметанный	90/30	13,64	14,92	6,76	176,26	40,99
302/17	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,77	4,3	39,73	214	14,96
457/16	Компот из черной смородины	200	0,2	0,03	22,25	87,4	19,61
	Батон домашний	30	2,37	0,3	14,49	70,5	1,33
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	15,84	79,2	3,12
	<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	61,29
303/17	Каша ячневая	180	3,88	5,07	30	211,1	8,44
70/17	Огурец свежий	60	0,48	0,06	1,02	6,0	14,11
376/17	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	2,18
	Батон домашний	40	3,16	0,4	19,32	94	1,77
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	59,4	2,34
	<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	13,67
279/17, 331/17	Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом	100/50	10,88	12,2	13,4	240	61,29
303/17	Каша ячневая	180	3,88	5,07	30	211,1	8,44
376/17	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	2,18
	Батон домашний	50	3,95	0,5	24,15	117,5	2,21
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	59,4	2,34
	<b>Итого обед</b>	<b>875</b>	<b>24,31</b>	<b>23,25</b>	<b>108,6</b>	<b>825,75</b>	<b>90,13</b>

Директор  
Зав.производством  
Калькулятор



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





