

МЕНЮ

На 8 сентября 2022 года
для гимназии № 12

«Приятного аппетита!»

Рецеп.	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерге- тическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
(1 — 4 класс)							
ЗАВТРАК							
70/17	Помидор свежий	60	0,48	0,06	1,02	6,00	5,10
ттк 104, 331/17	Тефтели из птицы с соусом сметанным с томатом	90/30	12,84	16,63	9,75	244,15	42,82
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	17,84
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							
т.24/96	Зеленый горошек	60	1,92	1,2	10,4	46	19,90
99/17	Суп из овощей с зеленью	200/2	1,30	4	7,30	76,20	12,78
259/17	Жаркое по-домашнему (свинина)	200	12,78	22,27	20,81	361,62	57,72
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	2,42
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	10,87
259/17	Жаркое по-домашнему (свинина)	200	12,78	22,27	20,81	361,62	57,72
382/17	Какао с молоком	200	4,07	3,54	17,58	118,6	17,84
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	1,81
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	15,07
292/17	Птица тушенная в соусе с овощами	225	20,01	18,55	19,35	356,05	54,15
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	1,81
	Печенье	45	1,6	3,9	29,7	166,7	10,73
Итого обед		800	29,79	28,4	126,18	927,7	90,13

Директор

Зав. производством

Салькулятор



М.Ф. Марченко

М.Н. Шевченко

Л.В. Синцова







МЕНЮ
 На 8 сентября 2022 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.
(1 — 4 класс)							
ЗАВТРАК							
70/17	Помидор свежий	60	0,48	0,06	1,02	6,00	5,10
ттк 104, 331/17	Тефтели из птицы с соусом сметанным с томатом	90/30	12,84	16,63	9,75	244,15	42,82
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	17,84
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							
124/96	Зеленый горошек	60	1,92	1,2	10,4	46	19,90
99/17	Суп из овощей с зеленью	200/2	1,30	4	7,30	76,20	12,78
59/17	Жаркое по-домашнему (свинина)	200	12,78	22,27	20,81	361,62	57,72
89/17	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	2,42
Итого обед		732	22,01	28,25	89,04	718,32	107,03
(5 — 11 класс)							
ЗАВТРАК							
1/17	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	0,65	4,12	19,28	82,9	10,87
9/17	Жаркое по-домашнему (свинина)	200	12,78	22,27	20,81	361,62	57,72
2/17	Какао с молоком	200	4,07	3,54	17,58	118,6	17,84
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	1,81
Итого завтрак		570	22,64	30,69	88,87	716,52	90,13
ОБЕД							
7	Суп из овощей с зеленью	250/2	1,59	5	9,1	95,25	15,61
17	Филе птицы тушенное в соусе с овощами	225	20,01	18,55	15,35	356,05	81,68
17	Сок фруктовый	200	1,0		20,2	84,8	12,80
	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	1,81
	Печенье	50	1,7	4,3	35	185,2	11,92
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

ктор
 роизводством
 кулятор



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