**Согласовано**

Директор Гимназии № 42

# ИП Шепелев А.Н.

# МЕНЮ

# СТОЛОВОЙ Гимназия № 42

**на «23» сентября 2021 года**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ Рецептуры** | | **Наименование блюда**  **для учащихся с 7 до 11 лет** | | | **Завтрак ГП** | | **Пищевые вещества** | | | | | **Энег. ценн.** |
| **Белки** | **Жиры** | | **Углев.** | |
|  | |  | | | **Обед ГП** | |  |  | |  | |  |
| № 123 М 2003 г | | Суп картофельный с мясными фрикадельками | | | 20\250 | 25-49 | 6,67 | 6,99 | | 18,45 | | 167 |
| № 210 М 2003 г | | Рагу из индейки | | | 1\160 | 43-83 | 40,85 | 17,28 | | 27,18 | | 279 |
| № 443 М 2003 г | | Чай с сахаром | | | 1\200 | 1-70 | 0 | 0 | | 6,8 | | 28,2 |
| № 108 П 2013 г | | Хлеб пшеничный | | | 1\25 | 2-35 | 0,97 | 0,12 | | 6,34 | | 28,81 |
| № 109 П 2013 г | | Хлеб ржаной | | | 1\40 | 2-69 | 2,64 | 0,48 | | 13,36 | | 69,6 |
|  | |  | | | **76-06** | |  |  | |  | |  |
|  | | | | | | | | | | | | |
|  | |  | | | **Обед II** | |  |  | |  | |  |
| № 123 М 2003 г | | Суп картофельный с мясными фрикадельками | | | 20\250 | 25-49 | 6,67 | 6,99 | | 18,45 | | 167 |
| № 210 М 2003 г | | Рагу из индейки | | | 1\200 | 54-79 | 54,47 | 23,04 | | 36,24 | | 372 |
| № 443 М 2003 г | | Чай с сахаром | | | 1\200 | 1-70 | 0 | 0 | | 6,8 | | 28,2 |
| № 108 П 2013 г | | Хлеб пшеничный | | | 1\15 | 1-51 | 1,14 | 0,13 | | 7,45 | | 30,51 |
| № 109 П 2013 г | | Хлеб ржаной | | | 1\20 | 1-51 | 1,32 | 0,24 | | 6,68 | | 34,8 |
|  | |  | | | **85-00** | |  |  | |  | |  |
|  | | | | | | | | | | | | |
|  | |  |  | **ПОЛДНИК** | | | | | |  | |  |
| № 293 П 2008 г | | Сок | | | 1\200 | 8-12 | 1,95 | 0,195 | | 5,655 | | 35,1 |
| № 741 П 2008 г | | Пирожок печеный с мясом | | | 1\75 | 22-29 | 8,85 | 3,3 | | 52,26 | | 273,84 |
|  | |  |  | **БЛЮДА ДЛЯ СВОБОДНОГО ВЫБОРА** | | | | | |  | |  |
|  | |  |  | **ДИЕТИЧЕСКИЙ СТОЛ** | | | | | |  | |  |
| № 102 П2008 г | | Каша молочная «Дружба» | | | 1\200 | 12-92 | 5,26 | 11,66 | | 25,06 | | 226,3 |
| № 287 П 2008 | | Кофейный напиток | | | 1\200 | 9-61 | 2,79 | 3,19 | | 19,71 | | 118,69 |
|  | |  |  | **ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА** | | | | | |  | |  |
| № 64 М 2003 г | | Салат из свеклы с растительным маслом | | | 1\100 | 10-52 | 0,84 | 5,05 | | 5,07 | | 69 |
| № 18 П 2008 г | | Салат из свежих помидор и огурцов | | | 1\100 | 12-25 | 0,98 | 5,13 | | 4,54 | | 65,81 |
|  |  | **ПЕРВЫЕ БЛЮДА** | | | | | | | |  | |  |
| № 45 М 2003 г | | Суп-лапша с курицей | | | 1\250 | 14-74 | 2,02 | 5,37 | | 11,4 | | 104 |
| № 123 М 2003 г | | Суп картофельный с мясными фрикадельками | | | 20\250 | 25-49 | 6,67 | 6,99 | | 18,45 | | 167 |
|  |  | **ВТОРЫЕ БЛЮДА** | | | | | | | |  | |  |
| № 167 М 2003 г | | Котлеты (биточки) мясные | | | 1\80 | 39-90 | 2,02 | 5,37 | | 11,4 | | 104 |
| № 210 М 2003 г | | Рагу из индейки | | | 1\200 | 54-79 | 54,47 | 23,04 | | 36,24 | | 372 |
|  |  | **ГАРНИР** | | | | | | | |  | |  |
| № 443 М 2003 г | | Картофельное пюре | | | 1\180 | 15-41 | 15,7 | 13,02 | | 15,78 | | 246 |
| № 447 М 2003 г | | Макароны отварные | | | 1\150 | 7-16 | 5,85 | 5,31 | | 37,21 | | 225,6 |
|  |  | **НАПИТКИ** | | | | | | | |  | |  |
| № 293 П 2008 г | | Сок фруктовый | | | 1\200 | 8-12 | 1,95 | 0,195 | | 5,655 | | 35,1 |
| № 443 М 2003 г | | Чай с сахаром | | | 1\200 | 1-70 | 0,2 | 0 | | 15,01 | | 57 |
|  |  | **ВЫПЕЧКА** | | | | | | | |  | |  |
| № 312 П 2008 г | | Плюшка Московская | | | 1\50 | 5-95 | 4,37 | | 7,07 | | 36,8 | 228,2 |
| № 515 М 2003 г | | Пирожок печеный с картофелем и луком | | | 1\75 | 7-17 | 5,28 | | 6,43 | | 34,14 | 216 |
| 1091\1983 | | Пирожок печеный с капустой и яйцом | | | 1\75 | 6-71 | 5,45 | | 7,08 | | 28,88 | 201 |
| № 516 М 2003 г | | Пирожок печеный с джемом | | | 1\75 | 9-66 | 4,9 | | 5,18 | | 46,02 | 247 |

### ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

# ИП Шепелев А.Н.\_\_\_\_\_\_\_\_\_­­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Калькулятор\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Зав.производством\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_