**Согласовано**

 Директор Гимназии№ 42

# ООО "Детское питание"

# МЕНЮ

# СТОЛОВОЙ Гимназии № 42

**на«26» сентября 2022 года**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ Рецептуры** | **Наименование блюда****для учащихся с 7 до 11 лет** | **Завтрак ГП** | **Пищевые вещества** | **Энег. ценн.** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углев.** |
| № 296 П 2013 г | Макаронные изделия запеченные с сыром  | 1\170 | 19-60 | 6,73 | 5,268 | 29,49 | 195,07 |
| № 88 М 2003 | Бутерброд с маслом | 15\20 | 19-03 | 2,36 | 9,15 | 15,02 | 153 |
| № 287 П 2008 г | Кофейный напиток (I вариант)  | 1\200 | 13-53 | 2,79 | 3,19 | 19,71 | 118,69 |
|  | Яблоко свежее  | 1шт | 29-91 | 3,75 | 1,25 | 52,5 | 240 |
| **Итого** |  | **82-07** |  |  |  |  |
|  |
|  |  | **Обед ГП** |  |  |  |  |
| № 106 П 2013г | Помидор свежий | 1\60 | 8-35 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 14,4 |
| № 142 П 2013 г | Щи из свежей капусты с картофелем | 1\250 | 6-94 | 7,0 | 19,9 | 31,1 | 332 |
| № 208 П 2008 г | Плов из птицы | 1\150 | 53-82 | 41,8 | 17,73 | 41,76 | 347 |
| № 394 М 2003 г | Компот из свежих яблок | 1\200 | 8-95 | 0,21 | 0,21 | 15,27 | 62 |
| № 108 П 2013 г | Хлеб ржаной | 1\30 | 2-30 | 2,31 | 0,43 | 12,02 | 62,64 |
| № 108 П 2013 г | Хлеб пшеничный | 1\15 | 1-71 | 1,9 | 0,23 | 12,43 | 56,5 |
| **Итого** |  | **82-07** |  |  |  |  |
|  |
|  | **для учащихся с 12 лет и старше** | **Завтрак II** |  |  |  |  |
| № 296 П 2013 г | Макаронные изделия запеченные с сыром  | 1\190 | 21-60 | 8,97 | 7,02 | 39,32 | 260,09 |
| № 88 М 2003 | Бутерброд с маслом | 15\15 | 15-87 | 2,36 | 9,15 | 15,02 | 153 |
| № 287 П 2008 г | Кофейный напиток (I вариант)  | 1\200 | 13-53 | 2,79 | 3,19 | 19,71 | 118,69 |
|  | Пряник мятный  | 1шт | 9-00 | 2,5 | 1,2 | 16,0 | 85 |
| **Итого** |  | **60-00** |  |  |  |  |
|  |
|  |  | **Обед II** |  |  |  |  |
| № 106 П 2013г | Помидор свежий | 1\70 | 9-74 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 14,4 |
| № 142 П 2013 г | Щи из свежей капусты с картофелем | 1\250 | 6-94 | 7,0 | 19,9 | 31,1 | 332 |
| № 208 П 2008 г | Плов из птицы | 1\160 | 57-86 | 41,8 | 17,73 | 41,76 | 347 |
| № 394 М 2003 г | Компот из свежих яблок | 1\200 | 8-95 | 0,21 | 0,21 | 15,27 | 62 |
| № 108 П 2013 г | Хлеб ржаной | 1\20 | 1-51 | 1,75 | 0,49 | 8,82 | 47,76 |
| **Итого** |  | **85-00** |  |  |  |  |
|  |
|  |  |  | **ПОЛДНИК** |  |  |
| № 293 П 2008 г | Сок | 1\200 | 10-00 | 1,95 | 0,195 | 5,655 | 35,1 |
| 1091\1983 | Пирожок печеный с капустой и яйцом | 1\75 | 10-00 | 5,45 | 7,08 | 28,88 | 201 |
|  |  |  | **БЛЮДА ДЛЯ СВОБОДНОГО ВЫБОРА** |  |  |
|  |  |  | **ДИЕТИЧЕСКИЙ СТОЛ** |  |  |
| № 296 П 2013 г | Макаронные изделия запеченные с сыром  | 1\190 | 22-00 | 8,97 | 7,02 | 39,32 | 260,09 |
| № 287 П 2008 г | Кофейный напиток (I вариант) | 1\200 | 14-00 | 2,79 | 3,19 | 19,71 | 118,69 |
|  |  |  | **ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| № 64 М 2003 г | Салат из свеклы с растительным маслом  | 1\100 | 10-00 | 1,4 | 8,42 | 8,45 | 115 |
|  |  |  **ПЕРВЫЕ БЛЮДА** |  |  |
| № 142 П 2013 г | Щи из свежей капусты с картофелем | 1\250 | 14-00 | 7,0 | 19,9 | 31,1 | 332 |
|  |  |  **ВТОРЫЕ БЛЮДА** |  |  |
| № 209 М 2003 г | Филе куриное с сыром  | 1\100 | 50-00 | 39,42 | 19,03 | 18,01 | 251 |
|  |  |  **ГАРНИР** |  |  |
| № 208 П 2008 г | Плов из птицы | 1\160 | 58-00 | 41,8 | 17,73 | 41,76 | 347 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  **НАПИТКИ** |  |  |
| № 394 М 2003 г | Компот из свежих яблок | 1\200 | 10-00 | 0,21 | 0,21 | 15,27 | 62 |
| № 443 М 2003 г | Чай с сахаром | 1\200 | 4-00 | 0,2 | 0 | 15,01 | 57 |
| № 293 П 2008 г | Сок | 1\200 | 10-00 | 1,95 | 0,195 | 5,655 | 35,1 |
|  |  |  **ВЫПЕЧКА** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

### ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Ген.директор Шепелева Е.И.\_\_\_\_\_\_\_\_\_­­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Калькулятор\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Зав.производством\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_