**Согласовано**

 Директор Гимназии № 42

# ООО "Детское питание"

# МЕНЮ

# СТОЛОВОЙ Гимназии № 42

**на «13» декабря 2022 года**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ Рецептуры** | **Наименование блюда****для учащихся с 7 до 11 лет** | **Выход блюда** | **Пищевые вещества** | **Энег. ценн.** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углев.** |
| **Завтрак ГП** |
| №109 П 2008 г  | Каша овсяная "Геркулеса" жидкая | 1\150 | 4,63 | 6,50 | 18,65 | 151,74 |
| № 9424 М 2003 г | Яйцо вареное | 1 шт | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 |
| № 269 П 2008 г | Какао с молоком | 1\200 | 3,77 | 3,93 | 26,95 | 153,92 |
| № 109 П 2013 г | Хлеб ржаной | 1\30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
| № 108 П 2013 г | Хлеб пшеничный | 1\20 | 1,14 | 0,14 | 7,46 | 33,9 |
|  | Банан  | 1\210 | 3,1 | 1,1 | 44,1 | 201,6 |
| **Итого** |  | **82-07** |  |  |  |  |
| **Обед ГП** |
|  |  | **Выход блюда** |  |  |  |  |
| № 64 М 2003 г | Салат из свеклы с растительным маслом  | 1\90 | 1,26 | 7,58 | 7,61 | 103,5 |
| № 128 П 2013 г | Борщ из свежей капусты с картофелем  | 1\250 | 1,825 | 5,0 | 10,65 | 95 |
| № 479 П 2013 г | Сметана | 1\10 | 0,26 | 1,5 | 0,36 | 16,2 |
| № 197 М 2003 г | Жаркое по -домашнему  | 1\190 | 44,89 | 19,30 | 36,4 | 339,83 |
| № 395 М 2003 г | Компот из сухофруктов | 1\200 | 0 | 0 | 9,98 | 104 |
| № 109 П 2013 г | Хлеб ржаной | 1\30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
| № 108 П 2013 г | Хлеб пшеничный | 1\20 | 1,14 | 0,14 | 7,46 | 33,9 |
| **Итого** |  | **82-07** |  |  |  |  |
| **Завтрак II** |
|  | **для учащихся с 12 лет и старше** | **Выход блюда** |  |  |  |  |
| №109 П 2008 г  | Каша овсяная "Геркулеса" жидкая | 1\200 | 6,17 | 8,67 | 24,87 | 202,32 |
| № 9424 М 2003 г | Яйцо вареное | 1 шт | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 |
| № 269 П 2008 г | Какао с молоком | 1\200 | 3,77 | 3,93 | 26,95 | 153,92 |
| № 109 П 2013 г | Хлеб ржаной | 1\30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
|  | Пряник Шоколадный | 1\39 | 1,8 | 2,7 | 24,8 | 128,1 |
| **Итого** |  | **60-00** |  |  |  |  |
| **Обед II** |
|  |  | **Выход блюда** |  |  |  |  |
| № 64 М 2003 г | Салат из свеклы с растительным маслом  | 1\100 | 1,40 | 8,42 | 8,40 | 115 |
| № 128 П 2013 г | Борщ из свежей капусты с картофелем | 1\250 | 1,825 | 5,0 | 10,65 | 95 |
| № 479 П 2013 г | Сметана | 1\10 | 0,26 | 1,5 | 0,36 | 16,2 |
| № 197 М 2003 г | Жаркое по -домашнему  | 1\200 | 47,26 | 20,32 | 38,32 | 357,71 |
| № 395 М 2003 г | Компот из сухофруктов | 1\200 | 0 | 0 | 9,98 | 104 |
| № 109 П 2013 г | Хлеб ржаной | 1\30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
| № 108 П 2013 г | Хлеб пшеничный | 1\20 | 1,14 | 0,14 | 7,46 | 33,9 |
| **Итого**  |  | **85-00** |  |  |  |  |
|  |  |  |  **ПОЛДНИК** |  |  |
| № 395 М 2003 г | Компот из сухофруктов | 1\200 | 0 | 0 | 9,98 | 104 |
| № 741 П 2008 г | Пирожок печеный с мясом | 1\75 | 8,85 | 3,3 | 52,26 | 273,84 |

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

Ген.директор Шалева А.А.\_\_\_\_\_\_\_\_\_­­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Зав.производством\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_