**Согласовано**

 Директор Гимназии№ 42

# ООО "Детское питание"

# МЕНЮ

# СТОЛОВОЙ Гимназии № 42

**на «14» декабря 2022 года**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ Рецептуры** | **Наименование блюда****для учащихся с 7 до 11 лет** | **Выход блюда** | **Пищевые вещества** | **Энег. ценн.** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углев.** |
| **Завтрак ГП** |
| № 313 П 2013 г | Запеканка из творога  | 1\150 | 24,0 | 22,5 | 23,9 | 425 |
| № 481 П 2013г | Молоко сгущенное  | 1\10 | 0,72 | 0,85 | 3,55 | 32,8 |
| № 80 М 2003 г | Сыр порционный  | 1\14 | 1,71 | 2,38 | 1,2 | 33,49 |
| № 433 М 2003 г | Чай с сахаром  | 1\200 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| № 108 П 2013 г | Хлеб пшеничный | 1\20 | 1,14 | 0,14 | 7,46 | 33,9 |
| **Итого** |  | **82-07** |  |  |  |  |
| **Обед ГП** |
|  |  | **Выход блюда** |  |  |  |  |
| № 134 П 2013г | Рассольник "Ленинградский" с крупой рисовой  | 1\250 | 2,4 | 5,5 | 17,86 | 134 |
| № 479 П 2013 г | Сметана | 1\10 | 0,26 | 1,5 | 0,36 | 16,2 |
| № 167 М 2003 г  | Котлеты (биточки) мясные  | 1\90 | 14,13 | 11,72 | 14,2 | 221,4 |
| № 443 М 2003 г | Картофельное пюре | 1\150 | 3,24 | 5,595 | 22,05 | 156 |
| № 433 М 2003 г | Чай с сахаром | 1\200 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| № 109 П 2013 г | Хлеб ржаной | 1\30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
| **Итого** |  | **82-07** |  |  |  |  |
| **Завтрак II** |
|  | **для учащихся с 12 лет и старше** | **Выход блюда** |  |  |  |  |
| № 314 П 2013 г | Запеканка морковная с творогом | 1\160 | 17,47 | 20,8 | 36,4 | 386,67 |
| № 80 М 2003 г | Сыр порционный | 1\15 | 1,72 | 2,38 | 1,2 | 33,5 |
| № 433 М 2003 г | Чай с сахаром | 1\200 | 0,02 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| № 108 П 2013 г | Хлеб пшеничный | 1\20 | 1,14 | 0,14 | 7,46 | 33,9 |
| **Итого** |  | **60-00** |  |  |  |  |
| **Обед II** |
|  |  | **Выход блюда** |  |  |  |  |
| № 134 П 2013г | Рассольник "Ленинградский" с крупой рисовой  | 1\250 | 2,4 | 5,5 | 17,86 | 134 |
| № 479 П 2013 г | Сметана | 1\10 | 0,26 | 1,5 | 0,36 | 16,2 |
| № 167 М 2003 г  | Котлеты (биточки) мясные  | 1\100 | 15,7 | 13,02 | 15,78 | 246 |
| № 443 М 2003 г | Картофельное пюре | 1\180 | 3,89 | 6,68 | 26,46 | 187,2 |
| № 433 М 2003 г | Чай с сахаром | 1\200 | 0,02 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| № 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** |  |  |
| №293П 2008г | Сок фруктовый | 1\200 | 1,95 | 0,195 | 5,655 | 35,1 |
| № 741 У 2004г | Ватрушка с творогом  | 1\75 | 8,85 | 3,3 | 52,26 | 273,84 |

### ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

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