**Согласовано**

 Директор Гимназии № 42

# ООО "Детское Питание"

# МЕНЮ

# СТОЛОВОЙ Гимназии № 42

**на «16» декабря 2022 года**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ Рецептуры** | **Наименование блюда****для учащихся с 7 до 11 лет** | **Выход блюда** | **Пищевые вещества** | **Энег. ценн.** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углев.** |
| **Завтрак ГП** |
| № 364 М 2003г | Омлет из яиц | 1\150 | 15,0 | 25,0 | 2,83 | 297,2 |
| № 93 П 2013г | Бутерброд с маслом  | 1\30 | 2,36 | 9,15 | 15,02 | 153 |
| № 433 М 2003 г | Чай с сахаром  | 1\200 | 0,02 | 0,05 | 15,01 | 57 |
|  | Печенье "Домашнее" | 1шт | 5,28 | 4,27 | 17,91 | 115,8 |
| № 109 П 2013г | Хлеб ржаной | 1\20 | 0,94 | 0,14 | 9,96 | 42,8 |
| **Итого** |  | **82-07** |  |  |  |  |
| **Обед ГП** |
|  |  | **Выход блюда** |  |  |  |  |
| № 118 М 2003 г | Суп картофельный с горохом | 1\200 | 5,48 | 30,0 | 19,74 | 146 |
| № 157 М 2003г | Ежики мясные  | 1\80 | 10,4 | 13,986 | 10,69 | 212 |
| № 455 М 2003г | Соус красный основной | 1\30 | 0,244 | 0,516 | 1,866 | 13,11 |
| № 448 М 2003г | Рис отварной | 1\150 | 3,69 | 4,85 | 37,52 | 213 |
| № 395 М 2003 г | Компот из сухофруктов | 1\200 | 0 | 0 | 9,98 | 104 |
| № 109 П 2013г | Хлеб ржаной | 1\20 | 0,94 | 0,14 | 9,96 | 42,8 |
| **Итого** |  | **82-07** |  |  |  |  |
| **Завтрак II** |
|  | **для учащихся с 12 лет и старше** | **Выход блюда** |  |  |  |  |
| № 364 М 2003г | Омлет из яиц | 1\200 | 20,07 | 33,45 | 3,71 | 396,36 |
| № 443 М 2003 г | Чай с сахаром  | 1\200 | 0,2 | 0 | 15,01 | 57 |
| № 109 П 2013г | Хлеб ржаной | 1\29 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
| № 108 П 2013г | Хлеб пшеничный | 1\20 | 2,3 | 0,23 | 12,43 | 56,5 |
| **Итого** |  | **60-00** |  |  |  |  |
| **Обед II** |
|  |  | **Выход блюда** |  |  |  |  |
| № 118 М 2003 г | Суп картофельный с горохом | 1\250 | 5,48 | 30,0 | 19,74 | 146 |
| № 157 М 2003г | Ежики мясные  | 1\100 | 13 | 17,48 | 13,36 | 265 |
| № 455 М 2003г | Соус красный основной | 1\30 | 0,244 | 0,516 | 1,866 | 13,11 |
| № 448 М 2003г | Рис отварной | 1\180 | 4,43 | 5,814 | 45,018 | 255,6 |
| № 395 М 2003 г | Компот из сухофруктов | 1\200 | 0 | 0 | 9,98 | 104 |
| № 109 П 2013г | Хлеб ржаной | 1\32 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
| **Итого**  |  | **85-00** |  |  |  |  |
|  |  |  |  **ПОЛДНИК** |  |  |
| № 102 П2008 г | Каша молочная «Дружба» | 1\200 | 1,95 | 0,195 | 5,655 | 35,1 |
| № 287 П 2008 | Кофейный напиток  | 1\200 | 8,85 | 3,3 | 52,26 | 273,84 |

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

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