**Согласовано**

 Директор Гимназия № 42

# ООО "Детское питание"

# МЕНЮ

# СТОЛОВОЙ Гимназии № 42

**на «22» 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 2003 г | Омлет из яиц | 1\150 | 15,0 | 25,0 | 2,83 | 297,3 |
| № 90 М 2003 г | Бутерброд с сыром | 15\15 | 5,76 | 5,25 | 14,94 | 133 |
| № 433 М 2003 г | Чай с сахаром  | 1\200 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| № 109 П 2013 г | Хлеб ржаной | 1\34 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
|  | Печенье "Домашнее" | 1шт | 3,7 | 10,0 | 14,9 | 164,2 |
| **Итого** |  | **82-07** |  |  |  |  |
| **Обед ГП** |
|  |  | **Выход блюда** |  |  |  |  |
| № 64 М 2003 г | Салат из свеклы с растительным маслом | 1\60 | 0,84 | 5,05 | 5,07 | 69 |
| № 146 П 2013 г | Суп картофельный с клецками | 25\250 | 1,2 | 2,6 | 8,775 | 63,25 |
| № 196 М 2003 г | Гуляш из мяса индейки | 1\100 | 41,25 | 17,99 | 19,57 | 249 |
| № 445 М 2003 г | Каша гречневая рассыпчатая | 1\150 | 8,74 | 6,615 | 43,065 | 27 |
| № 433 М 2003 г | Компот из изюма | 1\200 | 0,41 | 0 | 25,16 | 98 |
| № 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** |  |  |  |  |
| № 364 М 2003 г | Омлет из яиц | 1\180 | 18,06 | 30,1 | 3,34 | 332,42 |
| № 90 М 2003 г | Бутерброд с сыром | 15\15 | 5,76 | 5,25 | 14,94 | 133 |
| № 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** |  | **60-00** |  |  |  |  |
| **Обед II** |
|  |  | **Выход блюда** |  |  |  |  |
| № 64 М 2003 г | Салат из свеклы с растительным маслом | 1\80 | 1,12 | 6,73 | 6,75 | 92 |
| № 146 П 2013 г | Суп картофельный с клецками | 25\250 | 1,2 | 2,6 | 8,775 | 63,25 |
| № 196 М 2003 г | Гуляш из мяса индейки | 1\100 | 41,25 | 17,99 | 19,57 | 249 |
| № 445 М 2003 г | Каша гречневая рассыпчатая | 1\180 | 10,48 | 7,94 | 51,68 | 32,4 |
| № 433 М 2003 г | Компот из изюма | 1\200 | 0,41 | 0 | 25,16 | 98 |
| № 109 П 2013 г | Хлеб ржаной | 1\40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,6 |
| № 108 П 2013 г | Хлеб пшеничный | 1\30 | 1,71 | 0,21 | 11,19 | 50,85 |
| **Итого**  |  | **85-00** |  |  |  |  |
|  |  |  |  **ПОЛДНИК** |  |  |
| № 433 М 2003 г | Чай с сахаром  | 1\200 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| 1091\1983 | Пирожок печеный с капустой и яйцом | 1\75 | 5,45 | 7,08 | 28,88 | 201 |

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!!!**

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