**Согласовано**

 Директор Гимназии № 42

#### ООО "Детское питание"

# МЕНЮ

# СТОЛОВОЙ Гимназии № 42

**на «23» 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 | 25,2 | 23,89 | 425 |
| № 481 П 2013г | Молоко сгущенное | 1\10 | 0,72 | 0,85 | 3,55 | 32,8 |
| № 443 М 2003 г | Чай с сахаром  | 1\200 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| № 109 П 2003 г | Хлеб ржаной | 1\20 | 0,94 | 0,14 | 9,96 | 42,8 |
| № 108 П 2013 г | Хлеб пшеничный | 1\30 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 |
|  | Пряник Московский | 1\35 | 2,13 | 2,73 | 24,53 | 127,75 |
| **Итого** |  | **82-07** |  |  |  |  |
| **Обед ГП** |
|  |  | **Выход блюда** |  |  |  |  |
| № 37 М 2003г | Салат "Студенческий" | 1\60 | 2,13 | 7,15 | 5,49 | 95 |
| № 128 П 2013 г  | Борщ из свежей капусты с картофелем  | 1\250 | 1,83 | 55,49 | 10,65 | 95 |
| № 173 М 2003 г | Котлеты "Студенческие" | 1\90 | 30,92 | 20,60 | 25,01 | 318,47 |
| № 317 М 2003г | Рагу из овощей | 1\150 | 2,74 | 5,98 | 23,81 | 130,5 |
| № 383 М 2003 г | Кисель плодово -ягодный  | 1\200 | 0 | 0 | 0,98 | 119 |
| № 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** |  |  |  |  |
| № 142 П 2008 г | Запеканка морковная с творогом | 1\200 | 17,47 | 20,8 | 36,4 | 386,66 |
| № 443 М 2003 г | Чай с сахаром | 1\200 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| № 80 М 2003 г | Сыр порционный  | 1\15 | 1,72 | 2,38 | 1,2 | 33,5 |
| № 108 П 2013 г | Хлеб пшеничный | 1\40 | 2,28 | 0,28 | 14,92 | 67,8 |
| **Итого** |  | **60-00** |  |  |  |  |
| **Обед II** |
|  |  | **Выход блюда** |  |  |  |  |
| № 37 М 2003г | Салат "Студенческий" | 1\100 | 3,55 | 11,92 | 9,15 | 158,33 |
| № 128 П 2013 г  | Борщ из свежей капусты с картофелем  | 1\250 | 1,83 | 5 | 10,65 | 95 |
| № 173 М 2003 г | Котлеты "Студенческие" | 1\100 | 34,36 | 22,29 | 27,79 | 353,86 |
| № 317 М 2003г | Рагу из овощей | 1\180 | 3,29 | 7,18 | 19,04 | 156,6 |
| № 383 М 2003 г | Кисель плодово -ягодный  | 1\200 | 0 | 0 | 0,98 | 119 |
| № 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** |  |  |
| № 272 П 2008г | Кисломолочный продукт кефир | 1\200 | 6,35 | 7,24 | 9,27 | 127,52 |
| №307 П 2008г | Булочка "Веснушка" | 1\60 | 4,61 | 4,41 | 35,3 | 199,3 |

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

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