**Согласовано**

Директор Гимназии № 42

# ИП Николаева Т.А.

# МЕНЮ

# СТОЛОВОЙ Гимназии № 42

**на «10» октября 2023 года**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ Рецептуры** | | **Наименование блюда**  **для учащихся с 7 до 11 лет** | | | **Завтрак ГП** | | **Пищевые вещества** | | | **Энег. ценн.** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углев.** |
| № 132 М 2003г | | Суп молочный с макаронными изделиями | | | 1\250 | 22-14 | 7,06 | 7,39 | 26,33 | 203,75 |
| № 9424 М 2003г | | Яйцо куриное вареное | | | 1\40 | 12-50 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 |
| № 287 П 2008г | | Кофейный напиток (I вариант) | | | 1\200 | 13-49 | 2,79 | 3,19 | 19,71 | 118,69 |
| № 365 П 2008г | | Масло сливочное | | | 1\10 | 9-43 | 0,1 | 7,2 | 0,1 | 66 |
| № 109 П 2013 г | | Хлеб ржаной | | | 1\15 | 1-15 | 0,99 | 0,18 | 5,01 | 26,1 |
| № 108 П 2013г | | Хлеб пшеничный | | | 1\22 | 1-72 | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 34,8 |
| № 126 | | Яблоко свежее | | | 1шт | 28-45 | 1,1 | 0,4 | 16,2 | 74,2 |
| **Итого** | |  | | | **88-88** | |  |  |  |  |
| **Итого к оплате** | |  | | | **75-51** | |  |  |  |  |
|  | | | | | | | | | | |
|  | |  | | | **Обед ГП** | |  |  |  |  |
| № 142 П 2013г | | Щи из свежей капусты с картофелем | | | 1\250 | 7-09 | 7,0 | 19,9 | 31,1 | 83,0 |
| № 479 П 2013 г | | Сметана | | | 1\10 | 3-26 | 0,26 | 1,5 | 0,36 | 16,2 |
| № 317 М 2003г | | Рагу из овощей | | | 1\150 | 13-74 | 2,74 | 5,98 | 15,87 | 130,5 |
| № 209 П 2008г | | Котлеты припущенные | | | 1\90 | 51-96 | 14,17 | 16,01 | 9,67 | 239,26 |
| № 289 П 2008г | | Напиток из шиповника | | | 1\200 | 9-28 | 1 | 0 | 21,1 | 47 |
| № 109 П 2013 г | | Хлеб ржаной | | | 1\30 | 2-30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
| № 108 П 2013г | | Хлеб пшеничный | | | 1\10 | 1-25 | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 34,8 |
| **Итого** | |  | | | **88-88** | |  |  |  |  |
| **Итого к оплате** | |  | | | **75-51** | |  |  |  |  |
|  | | | | | | | | | | |
|  | | **для учащихся с 12 лет и старше** | | | **Завтрак II** | |  |  |  |  |
| № 132 М 2003г | | Суп молочный с макаронными изделиями | | | 1\250 | 22-14 | 7,06 | 7,39 | 26,33 | 203,75 |
| № 9424 М 2003г | | Яйцо куриное вареное | | | 1\40 | 12-50 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 |
| № 287 П 2008г | | Кофейный напиток (I вариант) | | | 1\200 | 13-49 | 2,79 | 3,19 | 19,71 | 118,69 |
| № 365 П 2008г | | Масло сливочное | | | 1\10 | 9-43 | 0,1 | 7,2 | 0,1 | 66 |
| № 108 П 2013г | | Хлеб пшеничный | | | 1\21 | 2-44 | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 34,8 |
| **Итого** | |  | | | **60-00** | |  |  |  |  |
| **Итого к оплате** | |  | | | **50-97** | |  |  |  |  |
|  | | | | | | | | | | |
|  | |  | | | **Обед II** | |  |  |  |  |
| № 142 П 2013г | | Щи из свежей капусты с картофелем | | | 1\250 | 7-09 | 7,0 | 19,9 | 31,1 | 83,0 |
| № 317 М 2003г | | Рагу из овощей | | | 1\150 | 13-74 | 2,74 | 5,98 | 15,87 | 130,5 |
| № 209 П 2008г | | Котлеты припущенные | | | 1\90 | 51-96 | 14,17 | 16,01 | 9,67 | 239,26 |
| № 289 П 2008г | | Напиток из шиповника | | | 1\200 | 9-28 | 7,0 | 19,9 | 31,1 | 332 |
| № 109 П 2013 г | | Хлеб ржаной | | | 1\40 | 2-93 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,6 |
| **Итого** | |  | | | **85-00** | |  |  |  |  |
| **Итого к оплате** | |  | | | **72-21** | |  |  |  |  |
|  | | | | | | | | | | |
|  | |  |  | **ПОЛДНИК** | | | | |  |  |
| № 395 М 2003г | | Компот из сухофруктов | | | 1\200 | 8-00 | 0 | 0 | 9,98 | 104 |
| № 741 П 2008 г | | Пирожок печеный с мясом | | | 1\75 | 29-00 | 8,85 | 3,3 | 52,26 | 273,84 |
|  | |  |  | **БЛЮДА ДЛЯ СВОБОДНОГО ВЫБОРА** | | | | |  |  |
|  | |  |  | **ДИЕТИЧЕСКИЙ СТОЛ** | | | | |  |  |
| № 132 М 2003г | | Суп молочный с макаронными изделиями | | | 1\250 | 23-00 | 7,06 | 7,39 | 26,33 | 203,75 |
| № 287 П 2008г | | Кофейный напиток (I вариант) | | | 1\200 | 14-00 | 2,79 | 3,19 | 19,71 | 118,69 |
|  | |  |  | **ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА** | | | | |  |  |
|  | |  | | |  |  |  |  |  |  |
| № 17 П 2013г | | Салат из свежих огурцов с растительным маслом | | | 1\100 | 30-00 | 0,7 | 10,1 | 2,0 | 102 |
|  | |  | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **ПЕРВЫЕ БЛЮДА** | | | | | | |  |  |
| № 142 П 2013г | | Щи из свежей капусты с картофелем | | | 1\250 | 8-00 | 7,0 | 19,9 | 31,1 | 83,0 |
|  |  | **ВТОРЫЕ БЛЮДА** | | | | | | |  |  |
| № 209 П 2008г | | Котлеты припущенные | | | 1\90 | 52-00 | 14,17 | 16,01 | 9,67 | 239,26 |
|  | |  | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **ГАРНИР** | | | | | | |  |  |
| № 317 М 2003г | | Рагу из овощей | | | 1\150 | 14-00 | 2,74 | 5,98 | 15,87 | 130,5 |
|  | |  | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **НАПИТКИ** | | | | | | |  |  |
| № 289 П 2008г | | Напиток из шиповника | | | 1\200 | 10-00 | 7,0 | 19,9 | 31,1 | 332 |
| № 443 М 2003 г | | Чай с сахаром | | | 1\200 | 4-00 | 0,2 | 0 | 15,01 | 57 |
|  | |  | | |  |  |  |  |  |  |
|  | |  | | |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **ВЫПЕЧКА** | | | | | | |  |  |
|  | |  | | |  |  |  |  |  |  |
|  | |  | | |  |  |  |  |  |  |
|  | |  | | |  |  |  |  |  |  |
|  | |  | | |  |  |  |  |  |  |
|  | |  | | |  |  |  |  |  |  |