**Согласовано**

 Директор Гимназии № 42

# ИП Николаева Т.А.

# МЕНЮ

# СТОЛОВОЙ Гимназии № 42

**на «11» октября 2023 года**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ Рецептуры** | **Наименование блюда****для учащихся с 7 до 11 лет** | **Завтрак ГП** | **Пищевые вещества** | **Энег. ценн.** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углев.** |
| № 313 П 2013г | Запеканка из творога | 1\100 | 41-68 | 16 | 16,8 | 15,93 | 283,33 |
| № 481 П 2013г | Молоко сгущенное | 1\10 | 4-30 | 0,72 | 0,85 | 5,55 | 32,8 |
| № 109 П 2008г | Каша овсяная из «Геркулеса" жидкая | 1\150 | 15-79 | 4,36 | 6,12 | 17,55 | 142,81 |
| № 85 П 2013г | Бутерброд с джемом | 10\15 | 4-20 | 1,21 | 0,45 | 14,35 | 66 |
| № 434 П 2013г | Чай с сахаром  | 1\200 | 2-64 | 0,26 | 0,005 | 15,22 | 59 |
| № 109 П 2013г | Хлеб ржаной | 1\16 | 1-27 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
|  | Конвертик с шоколадной начинкой | 1\55 | 19-00 | 3,41 | 29,48 | 8,09 | 193 |
| **Итого** |  | **88-88** |  |  |  |  |
| **Итого к оплате** |  | **75-51** |  |  |  |  |
|  |
|  |  | **Обед ГП** |  |  |  |  |
| № 1 П 2013г. | Салат из белокочанной капусты | 1\60 | 5-40 | 0,92 | 3,4 | 5,42 | 52 |
| № 121 М 2003г | Суп картофельный с крупой рисовой | 1\250 | 9-77 | 2,4 | 4,48 | 17,46 | 121 |
| № 193 М 2003г | Бефстроганов из филе индейки | 1\100 | 53-23 | 40,4 | 23,68 | 21,25 | 311 |
| № 443 М 2003г | Картофельное пюре | 1\150 | 13-24 | 3,24 | 5,59 | 22,05 | 156 |
| № 433 М 2003г | Чай с сахаром | 1\200 | 2-64 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| № 109 П 2013 г | Хлеб ржаной | 1\30 | 2-30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
| № 108 П 2013г | Хлеб пшеничный | 1\20 | 2-30 | 1,14 | 0,14 | 7,46 | 33,9 |
| **Итого** |  | **88-88** |  |  |  |  |
| **Итого к оплате** |  | **75-51** |  |  |  |  |
|  |
|  | **для учащихся с 12 лет и старше** | **Завтрак II** |  |  |  |  |
| № 142 П 2008 г | Запеканка морковная с творогом | 1\100 | 28-11 | 12,82 | 15,26 | 26,70 | 283,55 |
| № 109 П 2008г | Каша овсяная из «Геркулеса" жидкая | 1\180 | 18-95 | 5,56 | 7,80 | 22,38 | 182,09 |
| № 85 П 2013г | Бутерброд с джемом | 15\15 | 5-43 | 1,45 | 0,54 | 17,22 | 79,2 |
| № 433 М 2003г | Чай с сахаром с лимоном  | 1\200 | 4-96 | 0,26 | 0,005 | 15,22 | 59 |
| № 109 П 2013 г | Хлеб ржаной | 1\34 | 2-55 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,6 |
| **Итого** |  | **60-00** |  |  |  |  |
| **Итого к оплате** |  | **50-97** |  |  |  |  |
|  |
|  |  | **Обед II** |  |  |  |  |
| № 121 М 2003г | Суп картофельный с крупой рисовой | 1\250 | 9-77 | 2,4 | 4,48 | 17,46 | 121 |
| № 193 М 2003г | Бефстроганов из филе индейки | 1\100 | 53-23 | 40,4 | 23,68 | 21,25 | 311 |
| № 443 М 2003г | Картофельное пюре | 1\180 | 15-89 | 3,89 | 6,71 | 26,46 | 187,20 |
| № 433 М 2003г | Чай с сахаром  | 1\200 | 2-64 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| № 109 П 2013 г | Хлеб ржаной | 1\30 | 2-30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
| № 108 П 2013г | Хлеб пшеничный | 1\12 | 1-17 | 1,65 | 0,3 | 8,35 | 43,5 |
| **Итого** |  | **85-00** |  |  |  |  |
| **Итого к оплате** |  | **72-21** |  |  |  |  |
|  |
|  |  |  | **ПОЛДНИК** |  |  |
| № 394 М 2003г | Компот из свежих яблок | 1\200 | 10-00 | 0,21 | 0,21 | 15,27 | 62 |
| № 307 П 2008г | Булочка Веснушка | 1\60 | 7-00 | 4,61 | 4,41 | 35,3 | 199,3 |
|  |  |  | **БЛЮДА ДЛЯ СВОБОДНОГО ВЫБОРА** |  |  |
|  |  |  | **ДИЕТИЧЕСКИЙ СТОЛ** |  |  |
| № 313 П 2013г | Запеканка из творога | 1\100 | 42-00 | 16 | 16,8 | 15,93 | 283,33 |
| № 433 М 2003г | Чай с сахаром | 1\200 | 4-00 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 |
|  |  |  | **ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| № 64 М 2003 г | Салат из свеклы с растительным маслом | 1\100 | 10-00 | 0,84 | 5,05 | 5,07 | 69 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **ПЕРВЫЕ БЛЮДА** |  |  |
| № 121 М 2003г | Суп картофельный с крупой рисовой | 1\250 | 10-00 | 2,4 | 4,48 | 17,46 | 121 |
|  |  |  **ВТОРЫЕ БЛЮДА** |  |  |
| № 193 М 2003г | Бефстроганов из филе индейки | 1\100 | 55-00 | 40,4 | 23,68 | 21,25 | 311 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  **ГАРНИР** |  |  |
| № 443 М 2003г | Картофельное пюре | 1\180 | 16-00 | 3,89 | 6,71 | 26,46 | 187,20 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  **НАПИТКИ** |  |  |
| № 293 П 2008 г | Сок фруктовый | 1\200 | 10-00 | 1,95 | 0,195 | 5,655 | 35,1 |
| № 443 М 2003 г | Чай с сахаром | 1\200 | 4-00 | 0,2 | 0 | 15,01 | 57 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  **ВЫПЕЧКА** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

### ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

# ИП Николаева Т.А. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_­­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Зав.производством\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_