**Согласовано**

 Директор Гимназии №42

# ИП Шепелев А.Н.

# МЕНЮ

# СТОЛОВОЙ Гимназии № 42

**на «15» ноября 2021 года**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ Рецептуры** | **Наименование блюда****для учащихся с 7 до 11 лет** | **Завтрак ГП** | **Пищевые вещества** | **Энег. ценн.** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углев.** |
| № 296 П 2013 г | Макаронные изделия запеченные с сыром  | 1\150 | 10-47 | 6,73 | 5,268 | 29,49 | 195,07 |
| № 88 М 2003 | Бутерброд с маслом  | 20\15 | 20-30 | 2,36 | 9,15 | 15,02 | 153 |
| № 287 П 2008 г | Кофейный напиток (I вариант)  | 1\200 | 9-90 | 2,79 | 3,19 | 19,71 | 118,69 |
|  | Апельсин  | 1шт | 35-39 | 3,75 | 1,25 | 52,5 | 240 |
| **Итого** |  | **76-06** |  |  |  |  |
| **Итого к оплате** |  | **75-68** |  |  |  |  |
|  |
|  |  | **Обед ГП** |  |  |  |  |
| № 46 М 2003 г | Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком | 1\50 | 7-65 | 0,92 | 3,04 | 5,42 | 52 |
| № 142 П 2013 г | Щи из свежей капусты с картофелем | 1\250 | 9-29 | 7,0 | 19,9 | 31,1 | 332 |
| № 211 П 2008 г | Плов из отварной птицы | 1\150 | 50-96 | 26,57 | 32,38 | 29,32 | 533,63 |
| № 394 М 2003 г | Компот из свежих яблок | 1\200 | 7-78 | 0,21 | 0,21 | 15,27 | 62 |
| № 108 П 2013 г | Хлеб ржаной | 1\10 | 0-38 | 0,7 | 0,15 | 7,47 | 32,1 |
| **Итого** |  | **76-06** |  |  |  |  |
| **Итого к оплате** |  | **75-68** |  |  |  |  |
|  |
|  | **для учащихся с 12 лет и старше**  | **Завтрак II** |  |  |  |  |
| № 296 П 2013 г | Макаронные изделия запеченные с сыром  | 1\200 | 13-96 | 8,97 | 7,02 | 39,32 | 260,09 |
| № 88 М 2003 | Бутерброд с маслом  | 15\15 | 12-27 | 2,36 | 9,15 | 15,02 | 153 |
| № 287 П 2008 г | Кофейный напиток (I вариант)  | 1\200 | 9-90 | 2,79 | 3,19 | 19,71 | 118,69 |
| № 109 П 2013 г | Хлеб ржаной | 1\20 | 1-54 | 1,9 | 0,22 | 12,42 | 50,85 |
|  | Мандарин  | 1шт | 22-33 | 3,75 | 1,25 | 52,5 | 240 |
|  |  | **60-00** |  |  |  |  |
|  |
|  |  | **Обед II** |  |  |  |  |
| № 46 М 2003 г | Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком | 1\50 | 7-65 | 0,92 | 3,04 | 5,42 | 52 |
| № 142 П 2013 г | Щи из свежей капусты с картофелем | 1\250 | 9-29 | 7,0 | 19,9 | 31,1 | 332 |
| № 211 П 2008 г | Плов из отварной птицы | 1\170 | 57-75 | 33,4 | 40,71 | 36,87 | 670,84 |
| № 394 М 2003 г | Компот из свежих яблок | 1\200 | 7-78 | 0,21 | 0,21 | 15,27 | 62 |
| № 108 П 2013 г | Хлеб ржаной | 1\40 | 2-53 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,6 |
|  |  | **85-00** |  |  |  |  |
|  |
|  |  |  | **ПОЛДНИК** |  |  |
| № 293 П 2008 г | Сок | 1\200 | 8-12 | 1,95 | 0,195 | 5,655 | 35,1 |
| 1091\1983 | Пирожок печеный с капустой и яйцом | 1\75 | 7-41 | 5,45 | 7,08 | 28,88 | 201 |
|  |  |  | **БЛЮДА ДЛЯ СВОБОДНОГО ВЫБОРА** |  |  |
|  |  |  | **ДИЕТИЧЕСКИЙ СТОЛ** |  |  |
| № 296 П 2013 г | Макаронные изделия запеченные с сыром  | 1\200 | 13-96 | 8,97 | 7,02 | 39,32 | 260,09 |
| № 287 П 2008 г | Кофейный напиток | 1\200 | 9-90 | 2,79 | 3,19 | 19,71 | 118,69 |
|  |  |  | **ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА** |  |  |
| № 46 П 2003 г | Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком | 1\50 | 7-65 | 0,92 | 3,04 | 5,42 | 52 |
| № 37 М 2003 г | Салат "Студенческий" | 1\70 | 11-49 | 3,55 | 11,92 | 9,15 | 95 |
|  |  |  **ПЕРВЫЕ БЛЮДА** |  |  |
| № 128 П 2013 г  | Борщ из свежей капусты с картофелем  | 1\250 | 10-72 | 1,83 | 5 | 10,65 | 95 |
| № 142 П 2013 г | Щи из свежей капусты с картофелем | 1\250 | 9-29 | 7,0 | 19,9 | 31,1 | 332 |
|  |  |  **ВТОРЫЕ БЛЮДА** |  |  |
| № 173 М 2003 г | Котлеты "Студенческие" | 1\100 | 48-65 | 37,22 | 24,8 | 30,1 | 38,33 |
| № 209 М 2003 г | Филе куриное  | 1\100 | 45-70 | 39,42 | 19,03 | 18,01 | 251 |
|  |  |  **ГАРНИР** |  |  |
| № 211 П 2008 г | Плов из отварной птицы | 1\170 | 57-75 | 33,4 | 40,71 | 36,87 | 670,84 |
| № 447 М 2003 г | Макароны отварные | 1\180 | 8-60 | 6,57 | 5,98 | 41,85 | 253,8 |
|  |  |  **НАПИТКИ** |  |  |
| № 394 М 2003 г | Компот из свежих яблок | 1\200 | 7-78 | 0,21 | 0,21 | 15,27 | 62 |
| № 443 М 2003 г | Чай с сахаром | 1\200 | 1-75 | 0,2 | 0 | 15,01 | 57 |
|  |  |  **ВЫПЕЧКА** |  |  |
| № 515 М 2003 г | Пирожок печеный с картофелем и луком | 1\75 | 7-67 | 5,28 | 6,43 | 34,14 | 216 |
| 1091\1983 | Пирожок печеный с капустой и яйцом | 1\75 | 7-41 | 5,45 | 7,08 | 28,88 | 201 |
| № 516 М 2003 г | Пирожок печеный с джемом | 1\75 | 9-71 | 4,9 | 5,18 | 46,02 | 247 |

### ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

ИП Шепелев А.Н.\_\_\_\_\_\_\_\_\_­­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Калькулятор\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Зав.производством\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_