**Согласовано**

 Директор Гимназии № 42

# ИП Шепелев А.Н.

# МЕНЮ

# СТОЛОВОЙ Гимназии № 42

**на «17» ноября 2021 года**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ Рецептуры** | **Наименование блюда****для учащихся с 7 до 11 лет** | **Завтрак ГП** | **Пищевые вещества** | **Энег. ценн.** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углев.** |
| № 313 П 2013 г | Запеканка из творога  | 1\170 | 53-66 | 24 | 25,2 | 23,9 | 425 |
| № 481 П 2013г | Молоко сгущенное  | 1\10 | 2-90 | 0,72 | 0,85 | 3,55 | 32,8 |
| № 80 М 2003 г | Сыр порционный  | 1\15 | 11-14 | 1,71 | 2,38 | 1,2 | 33,49 |
| № 433 М 2003 г | Чай с сахаром с лимоном  | 1\200 | 3-78 | 0,02 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| № 108 П 2013 г | Хлеб пшеничный | 1\30 | 2-73 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 |
| № 109 П 2013 г | Хлеб ржаной | 1\30 | 1-85 | 1,41 | 0,21 | 14,94 | 64,2 |
| **Итого** |  | **76-06** |  |  |  |  |
| **Итого к оплате** |  | **75-68** |  |  |  |  |
|  |
|  |  | **Обед ГП** |  |  |  |  |
| № 45 М 2003 г | Суп-лапша с курицей | 1\250 | 15-33 | 2,02 | 5,37 | 11,4 | 104 |
| № 167 М 2003 г  | Котлеты (биточки) мясные  | 1\80 | 39-96 | 14,13 | 11,72 | 14,2 | 221,4 |
| № 443 М 2003 г | Картофельное пюре | 1\160 | 15-50 | 3,24 | 5,595 | 22,05 | 156 |
| № 433 М 2003 г | Чай с сахаром с лимоном  | 1\200 | 3-78 | 0,02 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| № 109 П 2013 г | Хлеб ржаной | 1\25 | 1-49 | 1,41 | 0,21 | 14,94 | 64,2 |
| **Итого** |  | **76-06** |  |  |  |  |
| **Итого к оплате** |  | **75-68** |  |  |  |  |
|  |
|  | **для учащихся с 12 лет и старше**  | **Завтрак II** |  |  |  |  |
| № 314 П 2013 г | Запеканка морковная с творогом | 1\200 | 45-09 | 17,47 | 20,8 | 36,4 | 386,67 |
| № 80 М 2003 г | Сыр порционный | 1\15 | 11-14 | 1,72 | 2,38 | 1,2 | 33,5 |
| № 433 М 2003 г | Чай с сахаром | 1\200 | 1-75 | 0,02 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| № 108 П 2013 г | Хлеб пшеничный | 1\20 | 2-02 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 |
|  |  | **60-00** |  |  |  |  |
|  |
|  |  | **Обед II** |  |  |  |  |
| № 45 М 2003 г | Суп-лапша с курицей | 1\250 | 15-33 | 1,53 | 5,067 | 9,033 | 86,66 |
| № 167 М 2003 г  | Котлеты (биточки) мясные  | 1\100 | 49-94 | 15,7 | 13,02 | 15,78 | 246 |
| № 443 М 2003 г | Картофельное пюре | 1\170 | 16-47 | 15,7 | 13,02 | 15,78 | 246 |
| № 433 М 2003 г | Чай с сахаром  | 1\200 | 1-75 | 0,02 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| № 109 П 2013 г | Хлеб ржаной | 1\25 | 1-51 | 1,41 | 0,21 | 14,94 | 64,2 |
|  |  | **85-00** |  |  |  |  |
|  |
|  |  |  | **ПОЛДНИК** |  |  |
| № 293 П 2008 г | Сок фруктовый | 1\200 | 8-12 | 1,95 | 0,195 | 5,655 | 35,1 |
| № 741 М 2004 г | Ватрушка с творогом | 1\60 | 16-45 | 8,85 | 3,3 | 52,26 | 273,84 |
|  |  |  | **БЛЮДА ДЛЯ СВОБОДНОГО ВЫБОРА** |  |  |
|  |  |  | **ДИЕТИЧЕСКИЙ СТОЛ** |  |  |
| № 314 П 2013 г | Запеканка морковная с творогом | 1\200 | 45-09 | 17,46 | 20,8 | 36,4 | 386,6 |
| № 433 М 2003 г | Чай с сахаром | 1\200 | 1-75 | 0,02 | 0,05 | 15,01 | 57 |
|  |  |  | **ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА** |  |  |
| № 45 М 2003 г  | Салат из капусты белокочанной  | 1\100 | 9-50 | 2,1 | 10,1 | 9,3 | 136 |
| № 72 П 2013 г | Салат картофельный  | 1\100 | 8-84  | 1,9 | 5,4 | 13,4 | 110 |
|  |  |  **ПЕРВЫЕ БЛЮДА** |  |  |
| № 45 М 2003 г | Суп-лапша с курицей | 1\250 | 15-33 | 1,53 | 5,067 | 9,033 | 86,66 |
| № 128 П 2013 г | Борщ из свежей капусты с картофелем | 1\250 | 10-72 | 1,825 | 5,0 | 10,65 | 95 |
|  |  |  **ВТОРЫЕ БЛЮДА** |  |  |
| № 167 М 2003 г  | Котлеты (биточки) мясные  | 1\100 | 49-94 | 15,7 | 13,02 | 15,78 | 246 |
| № 197 М 2003 г | Жаркое по домашнему из филе индейки | 1\195 | 56-50 | 47,26 | 20,32 | 38,32 | 357,71 |
|  |  |  **ГАРНИР** |  |  |
| № 443 М 2003 г | Картофельное пюре | 1\170 | 16-47 | 15,7 | 13,02 | 15,78 | 246 |
| № 447 М 2003 г | Макароны отварные | 1\150 | 7-16 | 5,85 | 5,31 | 37,21 | 225,6 |
|  |  |  **НАПИТКИ** |  |  |
| № 293 П 2008 г | Сок фруктовый | 1\200 | 8-12 | 1,95 | 0,195 | 5,655 | 35,1 |
| № 443 М 2003 г | Чай с сахаром | 1\200 | 1-75 | 0,2 | 0 | 15,01 | 57 |
|  |  |  **ВЫПЕЧКА** |  |  |
| № 312 П 2008 г | Плюшка Московская  | 1\50 | 6-02 | 4,37 | 7,07 | 36,8 | 228,2 |
| № 515 М 2003г | Пирожок печеный с джемом | 1\75 | 9-71 | 4,90 | 5,18 | 46,02 | 247 |
| № 93 М 2003 г | Пицца "Школьная" с курицей | 1\90 | 27-00 | 11,92 | 10,63 | 36,99 | 296 |

### ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

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