**Согласовано**

 Директор Гимназии№ 42

# ООО "Детское питание"

# МЕНЮ

# СТОЛОВОЙ Гимназии № 42

**на«12» сентября 2022 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\170 | 19-60 | 6,73 | 5,268 | 29,49 | 195,07 |
| № 88 М 2003 | Бутерброд с маслом | 15\20 | 19-03 | 2,36 | 9,15 | 15,02 | 153 |
| № 287 П 2008 г | Кофейный напиток (I вариант)  | 1\200 | 13-53 | 2,79 | 3,19 | 19,71 | 118,69 |
|  | Апельсин  | 1шт | 29-91 | 3,75 | 1,25 | 52,5 | 240 |
| **Итого** |  | **82-07** |  |  |  |  |
|  |
|  |  | **Обед ГП** |  |  |  |  |
| № 106 П 2013г | Помидор свежий | 1\60 | 8-35 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 14,4 |
| № 142 П 2013 г | Щи из свежей капусты с картофелем | 1\250 | 6-58 | 7,0 | 19,9 | 31,1 | 332 |
| № 208 П 2008 г | Плов из птицы | 1\150 | 53-77 | 41,8 | 17,73 | 41,76 | 347 |
| № 394 М 2003 г | Компот из свежих яблок | 1\200 | 8-95 | 0,21 | 0,21 | 15,27 | 62 |
| № 108 П 2013 г | Хлеб ржаной | 1\30 | 2-30 | 2,31 | 0,43 | 12,02 | 62,64 |
| № 108 П 2013 г | Хлеб пшеничный | 120 | 2-12 | 1,9 | 0,23 | 12,43 | 56,5 |
| **Итого** |  | **82-07** |  |  |  |  |
|  |
|  | **для учащихся с 12 лет и старше** | **Завтрак II** |  |  |  |  |
| № 296 П 2013 г | Макаронные изделия запеченные с сыром  | 1\190 | 21-60 | 8,97 | 7,02 | 39,32 | 260,09 |
| № 88 М 2003 | Бутерброд с маслом | 15\15 | 15-87 | 2,36 | 9,15 | 15,02 | 153 |
| № 287 П 2008 г | Кофейный напиток (I вариант)  | 1\200 | 13-53 | 2,79 | 3,19 | 19,71 | 118,69 |
|  | Пряник мятный  | 1шт | 9-00 | 2,5 | 1,2 | 16,0 | 85 |
| **Итого** |  | **60-00** |  |  |  |  |
|  |
|  |  | **Обед II** |  |  |  |  |
| № 106 П 2013г | Помидор свежий | 1\70 | 9-74 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 14,4 |
| № 142 П 2013 г | Щи из свежей капусты с картофелем | 1\250 | 6-58 | 7,0 | 19,9 | 31,1 | 332 |
| № 208 П 2008 г | Плов из птицы | 1\160 | 57-86 | 41,8 | 17,73 | 41,76 | 347 |
| № 394 М 2003 г | Компот из свежих яблок | 1\200 | 8-95 | 0,21 | 0,21 | 15,27 | 62 |
| № 108 П 2013 г | Хлеб ржаной | 1\25 | 1-87 | 1,75 | 0,49 | 8,82 | 47,76 |
| **Итого** |  | **85-00** |  |  |  |  |
|  |
|  |  |  | **ПОЛДНИК** |  |  |
| № 293 П 2008 г | Сок | 1\200 | 10-00 | 1,95 | 0,195 | 5,655 | 35,1 |
| 1091\1983 | Пирожок печеный с капустой и яйцом | 1\75 | 10-00 | 5,45 | 7,08 | 28,88 | 201 |
|  |  |  | **БЛЮДА ДЛЯ СВОБОДНОГО ВЫБОРА** |  |  |
|  |  |  | **ДИЕТИЧЕСКИЙ СТОЛ** |  |  |
| № 296 П 2013 г | Макаронные изделия запеченные с сыром  | 1\190 | 22-00 | 8,97 | 7,02 | 39,32 | 260,09 |
| № 287 П 2008 г | Кофейный напиток (I вариант) | 1\200 | 14-00 | 2,79 | 3,19 | 19,71 | 118,69 |
|  |  |  | **ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| № 64 М 2003 г | Салат из свеклы с растительным маслом  | 1\100 | 10-00 | 1,4 | 8,42 | 8,45 | 115 |
|  |  |  **ПЕРВЫЕ БЛЮДА** |  |  |
| № 142 П 2013 г | Щи из свежей капусты с картофелем | 1\250 | 14-00 | 7,0 | 19,9 | 31,1 | 332 |
|  |  |  **ВТОРЫЕ БЛЮДА** |  |  |
| № 209 М 2003 г | Филе куриное с сыром  | 1\100 | 50-00 | 39,42 | 19,03 | 18,01 | 251 |
|  |  |  **ГАРНИР** |  |  |
| № 208 П 2008 г | Плов из птицы | 1\160 | 58-00 | 41,8 | 17,73 | 41,76 | 347 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  **НАПИТКИ** |  |  |
| № 394 М 2003 г | Компот из свежих яблок | 1\200 | 10-00 | 0,21 | 0,21 | 15,27 | 62 |
| № 443 М 2003 г | Чай с сахаром | 1\200 | 4-00 | 0,2 | 0 | 15,01 | 57 |
| № 293 П 2008 г | Сок | 1\200 | 10-00 | 1,95 | 0,195 | 5,655 | 35,1 |
|  |  |  **ВЫПЕЧКА** |  |  |
| № 515 М 2003 г | Пирожок печеный с картофелем и луком | 1\75 | 10-00 | 5,28 | 6,43 | 34,14 | 216 |
| 1091\1983 | Пирожок печеный с капустой и яйцом | 1\75 | 10-00 | 5,45 | 7,08 | 28,88 | 201 |
| № 516 М 2003 г | Пирожок печеный с джемом | 1\75 | 12-00 | 4,9 | 5,18 | 46,02 | 247 |
| № 93 М 2003 г | Пицца "Школьная" с курицей  | 1\90 | 30-00 | 11,92 | 10,63 | 36,99 | 296 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

### ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Ген.директор Шепелева Е.И.\_\_\_\_\_\_\_\_\_­­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Калькулятор\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Зав.производством\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Согласовано**

 Директор Гимназии № 42

# ООО "Детское питание"

# МЕНЮ

# СТОЛОВОЙ Гимназии № 42

**на «13» сентября 2022 года**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ Рецептуры** | **Наименование блюда****для учащихся с 7 до 11 лет** | **Завтрак ГП** | **Пищевые вещества** | **Энег. ценн.** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углев.** |
| №109 П 2008 г  | Каша овсяная "Геркулеса" жидкая | 1\170 | 17-91 | 5,25 | 7,37 | 21,14 | 171,97 |
| № 9424 М 2003 г | Яйцо вареное | 1 шт | 11-00 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 |
| № 269 П 2008 г | Какао с молоком | 1\200 | 15-83 | 3,77 | 3,93 | 26,95 | 153,92 |
| № 109 П 2013 г | Хлеб ржаной | 1\35 | 2-80 | 2,66 | 0,32 | 17,40 | 79,10 |
| № 108 П 2013 г | Хлеб пшеничный | 1\25 | 2-80 | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 34,8 |
|  | Груша | 1шт | 31-73 | 1,9 | 0,22 | 12,42 | 50,85 |
| **Итого** |  | **82-07** |  |  |  |  |
|  |
|  |  | **Обед ГП** |  |  |  |  |
| № 106 П 2013г | Огурец свежий  | 1\60 | 7-86 | 0,48 | 0,06 | 1,5 | 8,4 |
| № 128 П 2013 г | Борщ из свежей капусты с картофелем  | 1\250 | 8-75 | 1,825 | 5,0 | 10,65 | 95 |
| № 479 П 2013 г | Сметана | 1\10 | 3-26 | 0,26 | 1,5 | 0,36 | 16,2 |
| № 197 М 2003 г | Жаркое по -домашнему  | 1\175 | 44-35 | 40,40 | 23,68 | 21,25 | 311 |
| № 395 М 2003 г | Компот из сухофруктов | 1\200 | 6-97 | 0 | 0 | 9,98 | 104 |
| № 109 П 2013 г | Хлеб ржаной | 1\25 | 1-88 | 1,33 | 0,16 | 8,70 | 39,55 |
|  | Пряник Московский  | 1шт | 9-00 | 2,63 | 3,1 | 35,50 | 174,3 |
| **Итого** |  | **82-07** |  |  |  |  |
|  |
|  | **для учащихся с 12 лет и старше** | **Завтрак II** |  |  |  |  |
| №109 П 2008 г  | Каша овсяная "Геркулеса" жидкая | 1\200 | 21-07 | 4,63 | 6,5 | 18,65 | 151,74 |
| № 9424 М 2003 г | Яйцо вареное | 1 шт | 11-00 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 |
| № 269 П 2008 г | Какао с молоком | 1\200 | 15-83 | 3,77 | 3,93 | 26,95 | 153,92 |
| № 109 П 2013 г | Хлеб ржаной | 1\30 | 2-10 | 1,58 | 0,29 | 8,02 | 41,76 |
|  | Пряник Шоколадный | 1шт | 10-00 | 2,63 | 3,1 | 35,50 | 174,3 |
|  |  | **60-00** |  |  |  |  |
|  |
|  |  | **Обед II** |  |  |  |  |
| № 106 П 2013г | Огурец свежий  | 1\100 | 13-10 | 0,8 | 0,1 | 2,5 | 14 |
| № 128 П 2013 г | Борщ из свежей капусты с картофелем | 1\250 | 8-75 | 1,825 | 5,0 | 10,65 | 95 |
| № 479 П 2013 г | Сметана | 1\10 | 3-26 | 0,26 | 1,5 | 0,36 | 16,2 |
| № 197 М 2003 г | Жаркое по -домашнему  | 1\190 | 48-15 | 47,26 | 20,32 | 38,32 | 357,71 |
| № 395 М 2003 г | Компот из сухофруктов | 1\200 | 6-97 | 0 | 0 | 9,98 | 104 |
| № 109 П 2013 г | Хлеб ржаной | 1\30 | 2-30 | 1,58 | 0,29 | 8,02 | 41,76 |
| № 108 П 2013 г | Хлеб пшеничный | 1\25 | 2-47 | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 34,8 |
|  |  | **85-00** |  |  |  |  |
|  |
|  |  |  | **ПОЛДНИК** |  |  |
| № 395 М 2003 г | 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** |  |  |
| №109 П 2008 г  | Каша овсяная "Геркулеса" жидкая | 1\200 | 21-00 | 4,63 | 6,5 | 18,65 | 151,74 |
| № 269 П 2008 г | Какао с молоком | 1\200 | 16-00 | 2,79 | 3,19 | 19,71 | 118,69 |
|  |  |  | **ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| № 64 М 2003 г | Салат из свеклы с растительным маслом  | 1\100 | 10-00 | 1,4 | 8,42 | 8,45 | 115 |
|  |  |  **ПЕРВЫЕ БЛЮДА** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| № 128 П 2013 г | Борщ из свежей капусты с картофелем | 1\250 | 9-00 | 1,83 | 5,0 | 10,65 | 95 |
|  |  |  **ВТОРЫЕ БЛЮДА** |  |  |
| № 197 М 2003 г | Жаркое по -домашнему  | 1\190 | 49-00 | 47,26 | 20,32 | 38,32 | 357,71 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  **ГАРНИР** |  |  |
| № 447 М 2003 г | Макароны отварные | 1\150 | 9-00 | 7,3 | 6,64 | 46,5 | 282 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  **НАПИТКИ** |  |  |
| № 394 М 2003г | Компот из свежих яблок | 1\200 | 10-00 | 0,21 | 0,21 | 15,27 | 62 |
| № 443 М 2003 г | Чай с сахаром | 1\200 | 4-00 | 0,2 | 0 | 15,01 | 57 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  **ВЫПЕЧКА** |  |  |
| № 515 М 2003 г | Пирожок печеный с картофелем и луком | 1\75 | 10-00 | 5,28 | 6,43 | 34,14 | 216 |
| 1091\1983 | Пирожок печеный с капустой и яйцом | 1\75 | 10-00 | 5,45 | 7,08 | 28,88 | 201 |
| № 516 М 2003 г | Пирожок печеный с джемом | 1\75 | 12-00 | 4,9 | 5,18 | 46,02 | 247 |
| № 93 М 2003 г | Пицца "Школьная" с курицей  | 1\90 | 30-00 | 11,92 | 10,63 | 36,99 | 296 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

Ген.директор Шепелева Е.И.­­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Калькулятор\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Зав.производством\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Согласовано**

 Директор Гимназии№ 42

# ООО "Детское питание"

# МЕНЮ

# СТОЛОВОЙ Гимназии № 42

**на «14» сентября 2022 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\150 | 62-15 | 27,2 | 28,56 | 27,09 | 287,61 |
| № 481 П 2013г | Молоко сгущенное  | 1\10 | 4-30 | 0,72 | 0,85 | 3,55 | 32,8 |
| № 80 М 2003 г | Сыр порционный  | 1\14 | 11-35 | 1,71 | 2,38 | 1,2 | 33,49 |
| № 433 М 2003 г | Чай с сахаром  | 1\200 | 2-54 | 0,02 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| № 108 П 2013 г | Хлеб пшеничный | 1\15 | 1-73 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 |
| **Итого** |  | **82-07** |  |  |  |  |
|  |
|  |  | **Обед ГП** |  |  |  |  |
| № 134 П 2013г | Рассольник "Ленинградский" с крупой рисовой  | 1\250 | 9-66 | 2,4 | 5,5 | 17,86 | 134 |
| № 479 П 2013 г | Сметана | 1\10 | 3-26 | 0,26 | 1,5 | 0,36 | 16,2 |
| № 167 М 2003 г  | Котлеты (биточки) мясные  | 1\80 | 50-11 | 14,13 | 11,72 | 14,2 | 221,4 |
| № 443 М 2003 г | Картофельное пюре | 1\150 | 14-48 | 3,24 | 5,595 | 22,05 | 156 |
| № 433 М 2003 г | Чай с сахаром | 1\200 | 2-54 | 0,02 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| № 109 П 2013 г | Хлеб ржаной | 1\20 | 2-02 | 1,33 | 0,16 | 8,70 | 39,55 |
| **Итого** |  | **82-07** |  |  |  |  |
|  |
|  | **для учащихся с 12 лет и старше** | **Завтрак II** |  |  |  |  |
| № 314 П 2013 г | Запеканка морковная с творогом | 1\160 | 43-19 | 17,47 | 20,8 | 36,4 | 386,67 |
| № 80 М 2003 г | Сыр порционный | 1\15 | 13-18 | 1,72 | 2,38 | 1,2 | 33,5 |
| № 433 М 2003 г | Чай с сахаром | 1\200 | 2-54 | 0,02 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| № 108 П 2013 г | Хлеб пшеничный | 1\15 | 1-09 | 1,32 | 0,09 | 7,68 | 37,8 |
| **Итого** |  | **60-00** |  |  |  |  |
|  |
|  |  | **Обед II** |  |  |  |  |
| № 134 П 2013г | Рассольник "Ленинградский" с крупой рисовой  | 1\250 | 9-66 | 2,4 | 5,5 | 17,86 | 134 |
| № 479 П 2013 г | Сметана | 1\10 | 3-26 | 0,26 | 1,5 | 0,36 | 16,2 |
| № 167 М 2003 г  | Котлеты (биточки) мясные  | 1\80 | 50-11 | 14,13 | 11,72 | 14,2 | 221,4 |
| № 443 М 2003 г | Картофельное пюре | 1\180 | 17-38 | 15,7 | 13,02 | 15,78 | 246 |
| № 433 М 2003 г | Чай с сахаром | 1\200 | 2-54 | 0,02 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| № 109 П 2013 г | Хлеб ржаной | 1\20 | 2-05 | 1,33 | 0,16 | 8,70 | 39,55 |
| **Итого** |  | **85-00** |  |  |  |  |
|  |
|  |  |  | **ПОЛДНИК** |  |  |
| № 293 П 2008 г | Сок фруктовый | 1\200 | 10-00 | 1,95 | 0,195 | 5,655 | 35,1 |
| № 741 М 2004 г | Ватрушка с творогом | 1\60 | 22-00 | 8,85 | 3,3 | 52,26 | 273,84 |
|  |  |  | **БЛЮДА ДЛЯ СВОБОДНОГО ВЫБОРА** |  |  |
|  |  |  | **ДИЕТИЧЕСКИЙ СТОЛ** |  |  |
| № 314 П 2013 г | Запеканка морковная с творогом | 1\160 | 44-00 | 17,47 | 20,8 | 36,4 | 386,67 |
| № 433 М 2003 г | Чай с сахаром | 1\200 | 4-00 | 0,02 | 0,05 | 15,01 | 57 |
|  |  |  | **ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| № 72 П 2013 г | Салат картофельный  | 1\100 | 11-00  | 1,9 | 5,4 | 13,4 | 110 |
|  |  |  **ПЕРВЫЕ БЛЮДА** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| № 134 П 2013г | Рассольник "Ленинградский" с крупой рисовой  | 1\250 | 10-00 | 2,4 | 5,5 | 17,86 | 134 |
|  |  |  **ВТОРЫЕ БЛЮДА** |  |  |
| № 167 М 2003 г  | Котлеты (биточки) мясные  | 1\80 | 50-00 | 14,13 | 11,72 | 14,2 | 221,4 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  **ГАРНИР** |  |  |
| № 443 М 2003 г | Картофельное пюре | 1\180 | 18-00 | 15,7 | 13,02 | 15,78 | 246 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  **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** |  |  |
| № 312 П 2008 г | Плюшка Московская  | 1\50 | 8-00 | 4,37 | 7,07 | 36,8 | 228,2 |
| № 515 М 2003г | Пирожок печеный с джемом | 1\75 | 12-00 | 4,90 | 5,18 | 46,02 | 247 |
| № 93 М 2003 г | Пицца "Школьная" с курицей  | 1\90 | 30-00 | 11,92 | 10,63 | 36,99 | 296 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

### ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Ген. директор Шепелева Е.И.\_\_\_\_\_\_\_\_\_­­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Калькулятор\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Зав.производством\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Согласовано**

 Директор Гимназии № 42

# ООО "Детское питание"

# МЕНЮ

# СТОЛОВОЙ Гимназия № 42

**на «15» сентября 2022 года**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ Рецептуры** | **Наименование блюда****для учащихся с 7 до 11 лет** | **Завтрак ГП** | **Пищевые вещества** | **Энег. ценн.** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углев.** |
| № 102 П2008 г | Каша молочная «Дружба» | 1\170 | 15-55 | 4,19 | 9,24 | 19,96 | 108,33 |
| № 84 М 2003 г | Бутерброд горячий с сыром | 1\35 | 19-62 | 3,06 | 19,68 | 12,98 | 243,43 |
| № 287 П 2008 г | Кофейный напиток (I вариант) | 1\200 | 13-53 | 2,79 | 3,19 | 19,71 | 118,69 |
| № 109 П 2013 г | Хлеб ржаной | 1\30 | 2-30 | 1,41 | 0,21 | 14,94 | 64,2 |
|  | Нектарин  | 1шт | 31-07 | 3,75 | 1,25 | 52,5 | 240 |
| **Итого** |  | **82-07** |  |  |  |  |
|  |
|  |  | **Обед ГП** |  |  |  |  |
| № 106 П 2013г | Огурец свежий | 1\60 | 7-86 | 0,48 | 0,06 | 1,5 | 8,4 |
| № 45 М 2003 г  | Суп-лапша с курицей  | 1\250 | 17-26 | 2,02 | 5,37 | 11,4 | 104 |
| № 210 М 2003 г | Рагу из индейки | 1\150 | 43-85 | 40,85 | 17,28 | 27,18 | 279 |
| № 289 П 2008 г | Напиток из шиповника  | 1\200 | 9-32 | 0,11 | 0 | 21,07 | 84,69 |
| № 109 П 2013 г | Хлеб ржаной | 1\30 | 2-15 | 1,41 | 0,21 | 14,94 | 64,2 |
| № 108 П 2013г | Хлеб пшеничный | 1\15 | 1-63 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
| **Итого** |  | **82-07** |  |  |  |  |
|  |
|  | **для учащихся с 12 лет и старше** | **Завтрак II** |  |  |  |  |
| № 102 П2008 г | Каша молочная «Дружба» | 1\200 | 18-29 | 5,26 | 11,66 | 25,06 | 226,3 |
| № 84 М 2003 г | Бутерброд горячий с сыром | 1\35 | 19-62 | 2,68 | 17,22 | 11,36 | 213,0 |
| № 287 П 2008 г | Кофейный напиток (I вариант) | 1\200 | 13-53 | 2,79 | 3,19 | 19,71 | 118,69 |
|  | Пряник мятный  | 1шт | 8-56 | 2,5 | 1,2 | 16,0 | 85 |
|  |  | **60-00** |  |  |  |  |
|  |
|  |  | **Обед II** |  |  |  |  |
| № 45 М 2003 г  | Суп-лапша с курицей  | 1\250 | 17-26 | 2,02 | 5,37 | 11,4 | 104 |
| № 210 М 2003 г | Рагу из индейки | 1\190 | 55-26 | 54,47 | 23,04 | 36,24 | 372 |
| № 289 П 2008 г | Напиток из шиповника  | 1\200 | 9-32 | 0,11 | 0 | 21,07 | 84,69 |
| № 109 П 2013 г | Хлеб ржаной | 1\40 | 3-16 | 2,97 | 0,54 | 15,03 | 78,3 |
|  |  | **85-00** |  |  |  |  |
|  |
|  |  |  | **ПОЛДНИК** |  |  |
| № 293 П 2008 г | Сок  | 1\200 | 10-00 | 1,95 | 0,195 | 5,655 | 35,1 |
| № 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** |  |  |
| № 102 П2008 г | Каша молочная «Дружба» | 1\200 | 19-00 | 5,26 | 11,66 | 25,06 | 226,3 |
| № 287 П 2008 | Кофейный напиток  | 1\200 | 14-00 | 2,79 | 3,19 | 19,71 | 118,69 |
|  |  |  | **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** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| № 45 М 2003 г  | Суп-лапша с курицей  | 1\250 | 18-00 | 2,02 | 5,37 | 11,4 | 104 |
|  |  |  **ВТОРЫЕ БЛЮДА** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| № 210 М 2003 г | Рагу из индейки | 1\190 | 56-00 | 54,47 | 23,04 | 36,24 | 372 |
|  |  |  **ГАРНИР** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| № 447 М 2003 г | Макароны отварные | 1\150 | 9-00 | 5,85 | 5,31 | 37,21 | 225,6 |
|  |  |  **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** |  |  |
| № 312 П 2008 г | Плюшка Московская  | 1\50 | 8-00 | 4,37 | 7,07 | 36,8 | 228,2 |
| № 515 М 2003г | Пирожок печеный с джемом | 1\75 | 12-00 | 4,90 | 5,18 | 46,02 | 247 |
| № 93 М 2003 г | Пицца "Школьная" с курицей  | 1\90 | 30-00 | 11,92 | 10,63 | 36,99 | 296 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

### ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

# Ген. директор Шепелева Е.И.\_\_\_\_\_\_\_\_\_­­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Калькулятор\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Зав.производством\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Согласовано**

 Директор Гимназии № 42

# ООО "Детское Питание"

# МЕНЮ

# СТОЛОВОЙ Гимназии № 42

**на «16» сентября 2022 года**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ Рецептуры** | **Наименование блюда****для учащихся с 7 до 11 лет** | **Завтрак ГП** | **Пищевые вещества** | **Энег. ценн.** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углев.** |
| № 364 М 2003г | Омлет из яиц | 1\170 | 52-92 | 15,0 | 25,0 | 2,83 | 297,2 |
| № 93 П 2013г | Бутерброд с маслом  | 1\30 | 15-87 | 2,36 | 9,15 | 15,02 | 153 |
| № 433 М 2003 г | Чай с сахаром  | 1\200 | 2-54 | 0,02 | 0,05 | 15,01 | 57 |
|  | Пряник шоколадный  | 1шт | 10-00 | 5,28 | 4,27 | 17,91 | 115,8 |
| № 109 П 2013г | Хлеб ржаной | 1\10 | 0-74 | 0,99 | 0,21 | 5,01 | 26,10 |
| **Итого** |  | **82-07** |  |  |  |  |
|  |
|  |  | **Обед ГП** |  |  |  |  |
| № 118 М 2003 г | Суп картофельный с горохом | 1\250 | 11-16 | 5,48 | 30,0 | 19,74 | 146 |
| № 157 М 2003г | Ежики мясные  | 1\80 | 49-49 | 10,4 | 13,986 | 10,69 | 212 |
| № 455 М 2003г | Соус красный основной | 1\30 | 1-00 | 0,244 | 0,516 | 1,866 | 13,11 |
| № 448 М 2003г | Рис отварной | 1\150 | 13-59 | 3,69 | 4,85 | 37,52 | 213 |
| № 433 М 2003 г | Чай с сахаром  | 1\200 | 2-54 | 0,02 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| № 109 П 2013г | Хлеб ржаной | 1\30 | 2-30 | 1,41 | 0,21 | 14,94 | 64,2 |
| № 108 П 2013г | Хлеб пшеничный | 1\15 | 1-99 | 1,96 | 0,2 | 10,43 | 51,5 |
| **Итого** |  | **82-07** |  |  |  |  |
|  |
|  | **для учащихся с 12 лет и старше** | **Завтрак II** |  |  |  |  |
| № 364 М 2003г | Омлет из яиц | 1\170 | 52-92 | 15,0 | 25,0 | 2,83 | 297,2 |
| № 443 М 2003 г | Чай с сахаром  | 1\200 | 2-54 | 0,2 | 0 | 15,01 | 57 |
| № 109 П 2013г | Хлеб ржаной | 1\30 | 2-24 | 1,41 | 0,21 | 14,94 | 64,2 |
| № 108 П 2013г | Хлеб пшеничный | 1\20 | 2-30 | 2,3 | 0,23 | 12,43 | 56,5 |
| **Итого** |  | **60-00** |  |  |  |  |
|  |
|  |  | **Обед II** |  |  |  |  |
| № 118 М 2003 г | Суп картофельный с горохом | 1\250 | 11-16 | 5,48 | 30,0 | 19,74 | 146 |
| № 157 М 2003г | Ежики мясные  | 1\80 | 49-49 | 10,4 | 13,986 | 10,69 | 212 |
| № 455 М 2003г | Соус красный основной | 1\30 | 1-00 | 0,244 | 0,516 | 1,866 | 13,11 |
| № 448 М 2003г | Рис отварной | 1\180 | 16-31 | 4,43 | 5,814 | 45,018 | 255,6 |
| № 433 М 2003 г | Чай с сахаром  | 1\200 | 2-54 | 0,02 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| № 109 П 2013г | Хлеб ржаной | 1\30 | 2-30 | 1,41 | 0,21 | 14,94 | 64,2 |
| № 108 П 2013г | Хлеб пшеничный | 1\20 | 2-20 | 2,3 | 0,23 | 12,43 | 56,5 |
| **Итого** |  | **85-00** |  |  |  |  |
|  |
|  |  |  | **ПОЛДНИК** |  |  |
| № 293 П 2008 г | Сок  | 1\200 | 10-00 | 1,95 | 0,195 | 5,655 | 35,1 |
| № 741 П 2004 г | Ватрушка с творогом | 1\75 | 22-00 | 8,85 | 3,3 | 52,26 | 273,84 |
|  |  |  | **БЛЮДА ДЛЯ СВОБОДНОГО ВЫБОРА** |  |  |
|  |  |  | **ДИЕТИЧЕСКИЙ СТОЛ** |  |  |
| № 364 М 2003г | Омлет из яиц | 1\170 | 53-00 | 15,0 | 25,0 | 2,83 | 297,2 |
| № 443 М 2003 г | Чай с сахаром | 1\200 | 4-00 | 0,2 | 0 | 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** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| № 118 М 2003 г | Суп картофельный с горохом | 1\250 | 12-00 | 5,48 | 30,0 | 19,74 | 146 |
|  |  |  **ВТОРЫЕ БЛЮДА** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| № 448 М 2003г | Рис отварной | 1\180 | 17-00 | 4,43 | 5,814 | 45,018 | 255,6 |
|  |  |  **ГАРНИР** |  |  |
| № 209 М 2003 г | Филе куриное  | 1\100 | 41-00 | 39,42 | 19,03 | 18,01 | 251 |
| № 157 М 2003г | Ежики мясные  | 1\80 | 50-00 | 10,4 | 13,986 | 10,69 | 212 |
|  |  |  **НАПИТКИ** |  |  |
| № 395 М 2003 г | Компот из сухофруктов | 1\200 | 7-00 | 0 | 0 | 9,98 | 104 |
| № 443 М 2003 г | Чай с сахаром | 1\200 | 4-00 | 0,2 | 0 | 15,01 | 57 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  **ВЫПЕЧКА** |  |  |
| № 312 П 2008 г | Плюшка Московская  | 1\50 | 8-00 | 4,37 | 7,07 | 36,8 | 228,2 |
| № 515 М 2003г | Пирожок печеный с джемом | 1\75 | 12-00 | 4,90 | 5,18 | 46,02 | 247 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

Ге­­­н.директор Шепелева Е.И.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Калькулятор\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Зав.производством\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_