**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\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_