



ИП Шепелев А.Н.
МЕНЮ
СТОЛОВОЙ Гимназии № 42
на «12» апреля 2021 года



№ Рецептуры	Наименование блюда для учащихся с 7 до 11 лет	Завтрак ГП		Питательные вещества			Энерг. ценн.
				Белки	Жиры	Углев.	
№ 165 П 2013 г	Суп молочный с макаронными изделиями	1\250	14-50	7,12	6,57	23,72	182,5
№ 80 М 2003 г	Сыр	1\20	14-62	2,29	3,17	1,6	44,67
№ 269 П 2008 г	Какао с молоком	1\200	10-91	3,77	3,93	25,95	153,92
	Апельсин	1 шт	31-00	2,3	0,5	20,3	107,5
№ 108 П 2013 г	Хлеб пшеничный	1\30	2-61	1,71	0,21	11,19	50,85
№ 109 П 2013 г	Хлеб ржаной	1\43	2-42	2,45	0,30	16,04	72,88
		76-06					
		Обед ГП					
№ 106 П 2013 г	Огурец свежий	1\50	10-72	0,4	0,05	1,25	7,0
№ 118 М 2003 г	Суп картофельный с горохом	1\250	10-64	5,48	4,74	13,61	146
№ 209 П 2008 г	Котлеты припущенные	1\90	34-22	13,33	15,06	9,09	225,18
№ 448 М 2003 г	Рис отварной	1\150	10-14	3,80	6,10	38,6	228
№ 455 М 2008 г	Соус красный основной	1\30	0-87	0,244	0,516	1,866	13,11
№ 293 П 2008 г	Сок	1\200	8-12	1,95	0,195	5,655	35,1
№ 109 П 2013 г	Хлеб ржаной	1\24	1-35	2,37	0,43	12,02	62,64
		76-06					
		Завтрак П					
№ 165 П 2013 г	Суп молочный с макаронными изделиями	1\250	14-50	7,12	6,57	23,72	182,5
№ 80 М 2003 г	Сыр	1\15	11-14	1,72	2,38	1,2	33,5
№ 269 П 2008 г	Какао с молоком	1\200	10-91	3,77	3,93	25,95	153,92
	Йогурт "Нежный"	1шт	19-30	2,5	1,2	16,0	85
№ 108 П 2013 г	Хлеб пшеничный	1\30	2-61	1,71	0,21	11,19	50,85
№ 109 П 2013 г	Хлеб ржаной	1\27	1-54	2,67	0,48	13,52	70,47
		60-00					
		Обед П					
№ 106 П 2013 г	Огурец свежий	1\60	12-83	0,48	0,06	1,5	8,4
№ 118 М 2003 г	Суп картофельный с горохом	1\250	10-64	5,48	4,74	13,61	146
№ 209 П 2008 г	Котлеты припущенные	1\100	38-05	14,81	16,74	10,11	250,2
№ 448 М 2003 г	Рис отварной	1\180	12-17	4,43	5,814	45,018	255,6
№ 455 М 2008 г	Соус красный основной	1\30	0-87	0,244	0,516	1,866	13,11
№ 293 П 2008 г	Сок	1\200	8-12	1,95	0,195	5,655	35,1
№ 109 П 2013 г	Хлеб ржаной	1\41	2-32	2,17	0,39	11,02	57,42
		85-00					
		ПОЛДНИК					
№ 289 П 2008 г	Напиток из шиповника	1\200	5-77	0,68	0	21,01	46,87
1091\1983	Пирожок печеный с капустой и яйцом	1\75	5-81	5,45	7,08	28,88	201
		БЛЮДА ДЛЯ СВОБОДНОГО ВЫБОРА					
		ДИЕТИЧЕСКИЙ СТОЛ					
№ 165 П 2013 г	Суп молочный с макаронными изделиями	1\250	14-50	7,12	6,57	23,72	182,5
№ 269 П 2008 г	Какао с молоком	1\200	10-91	3,77	3,93	25,95	153,92
		ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА					
№ 64 М 2003 г	Салат из свеклы с растительным маслом	1\100	9-43	0,84	5,05	5,07	69
№ 2 М 2003 г	Винегрет овощной	1\100	10-80	1,23	10,12	7,47	126,67
		ПЕРВЫЕ БЛЮДА					
№ 118 М 2003 г	Суп картофельный с горохом	1\250	10-64	5,48	4,74	13,61	146
№ 128 П 2013г	Борщ из свежей капусты, картофелем	1\250	9-56	1,83	5,0	10,65	95
		ВТОРЫЕ БЛЮДА					
№ 443 М 2003 г	Картофельное пюре	1\180	16-80	14,81	16,74	10,11	250,2
№ 448 М 2003г	Рис отварной	1\180	12-17	4,43	5,814	45,018	255,6
		ГАРНИР					
№ 209 П 2008 г	Котлеты припущенные	1\100	38-05	12,24	13,83	8,35	206,76
№ 157 М 2003г	Ежики мясные	1\100	48-53	13,0	17,48	13,36	265
		НАПИТКИ					
№ 395 М 2003 г	Компот из сухофруктов	1\200	4-29	0	0	9,98	104
№ 443 М 2003 г	Чай с сахаром	1\200	1-64	0,2	0	15,01	57
		ВЫПЕЧКА					
№ 515 М 2003г	Пирожок печеный с джемом	1\75	8-00	4,90	5,18	46,02	247
№ 515 М 2003 г	Пирожок печеный с картофелем и луком	1\75	6-95	5,28	6,43	34,14	216

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!!!

ИП Шепелев А.Н.

Калькулятор

Зав.производством