

ИП Шепелев А.Н.
МЕНЮ
СТОЛОВОЙ Гимназии № 42
на "13" апреля 2021 года



№ Рецептуры	Наименование блюда для учащихся с 7 до 11 лет	Завтрак ГП		Пищевые вещества			Энерг. ценн.
		Белки	Жиры	Углев.			
№ 114 П 2008 г	Каша рисовая молочная жидкая	1\190	12-11	4,75	6,13	30,22	194,75
№ 84 М 2003 г	Бутерброд горячий с сыром	1\45	24-28	2,68	17,22	11,36	213
№ 287 П 2008 г	Кофейный напиток с молоком	1\200	8-70	2,79	3,19	19,71	118,69
	Груша	1шт	28-71	0,6	0,5	15,5	70,5
№ 109 П 2003 г	Хлеб ржаной	1\40	2-26	2,89	0,52	14,65	76,39
		76-06					
		Обед ГП					
№ 64 М 2003 г	Салат из свеклы с растительным маслом	1\40	3-77	0,84	5,05	5,07	69
№ 121 М 2003 г	Суп картофельный с крупой рисовой	1\250	10-05	2,4	4,48	17,46	121
№ 238 М 2003 г	Рыба припущенная	1\90	45-58	17,6	0,648	0,324	77,4
№ 443 М 2003 г	Картофельное пюре	1\150	14-00	3,24	5,595	22,05	156
№ 433 М 2003 г	Чай с сахаром	1\200	1-64	0,2	0	15,01	57
№ 109 П 2003 г	Хлеб ржаной	1\18	1-02	1,30	0,23	6,59	34,62
		76-06					
		Завтрак П					
№ 114 П 2008 г	Каша рисовая молочная жидкая	1\200	12-75	4,6	6,45	31,84	205
№ 84 М 2003 г	Бутерброд горячий с сыром	1\35	15-92	2,09	13,4	8,84	165,67
№ 287 П 2008 г	Кофейный напиток с молоком	1\200	8-70	2,79	3,19	19,71	118,69
	Киви	1шт	20-88	1,0	0,5	9,7	56,4
№ 109 П 2003 г	Хлеб ржаной	1\28	1-75	2,02	0,36	10,25	53,85
		60-00					
		Обед П					
№ 64 М 2003 г	Салат из свеклы с растительным маслом	1\50	4-72	1,4	8,42	8,45	115
№ 121 М 2003 г	Суп картофельный с крупой рисовой	1\250	10-05	2,4	4,48	17,46	121
№ 238 М 2003 г	Рыба припущенная	1\100	50-65	19,5	0,72	0,36	86
№ 443 М 2003 г	Картофельное пюре	1\180	16-80	3,888	6,678	26,46	187,2
№ 433 М 2003 г	Чай с сахаром	1\200	1-64	0,2	0	15,01	57
№ 109 П 2003 г	Хлеб ржаной	1\20	1-14	2,24	0,4	11,28	59,83
		85-00					
		ПОЛДНИК					
№ 293 П 2008 г	Сок фруктовый	1\200	8-12	2,0	0,2	5,8	35,1
№ 330 П 2008г	Ватрушка с творогом	1\75	15-62	8,85	3,3	52,26	273,84
		БЛЮДА ДЛЯ СВОБОДНОГО ВЫБОРА					
		ДИЕТИЧЕСКИЙ СТОЛ					
№ 114 П 2008 г	Каша рисовая молочная жидкая	1\200	12-75	5,0	6,45	31,81	205
№ 287 П 2008 г	Кофейный напиток с молоком	1\200	8-70	2,79	3,19	19,71	118,69
		ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА					
№ 7 П 2008 г	Салат из квашенной капусты с луком	1\100	17-23	1,6	10	3,58	110,6
№ 2 М 2003 г	Винегрет овощной	1\100	10-80	1,23	10,12	7,47	126,67
		ПЕРВЫЕ БЛЮДА					
№ 128 П 2013г	Борщ из свежей капусты, картофелем	1\250	9-56	1,83	5,0	10,65	95
№ 121 М 2003 г	Суп картофельный с крупой рисовой	1\250	10-05	2,4	4,48	17,46	121
		ВТОРЫЕ БЛЮДА					
№ 443 М 2003 г	Картофельное пюре	1\180	16-80	3,888	6,678	26,46	187,2
№ 448 М 2003г	Рис отварной	1\150	10-14	3,80	6,10	38,6	228
		ГАРНИР					
№ 209 П 2008 г	Котлеты припущенные	1\100	38-05	14,81	16,74	10,11	250,2
№ 238 М 2003 г	Рыба припущенная	1\100	50-65	19,5	0,72	0,36	86
		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 2003 г	Пирожок печеный с картофелем и луком	1\75	6-95	5,28	6,43	34,14	216
1091\1983	Пирожок печеный с капустой и яйцом	1\75	5-81	5,45	7,08	28,88	201

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

ИП Шепелев А.Н.

Калькулятор

Зав.производством