



ИП Шепелев А.Н.
МЕНЮ
СТОЛОВОЙ Гимназии № 42
на «15» апреля 2021 года

№ Рецептуры	Наименование блюда для учащихся с 7 до 11 лет	Завтрак ГП		Пищевые вещества			Энерг. ценн.
		Белки	Жиры	Углев.	Белки	Жиры	
№ 364 М 2003 г	Омлет из яиц	1\180	50-20	16,05	26,76	2,96	318,08
№ 90 М 2003 г	Бутерброд с сыром	30\20	17-32	5,76	5,25	14,94	133
№ 385 М 2003 г	Компот из изюма	1\200	6-14	0,41	0	25,16	98
№ 109 П 2013 г	Хлеб ржаной	1\44	2-40	2,90	0,52	14,69	76,56
		76-06					
		Обед ГП					
№ 134 П 2013 г	Рассольник «Ленинградский»	1\250	9-74	2,05	5,25	16,25	121,25
№ 479 П 2013 г	Сметана	1\10	2-90	0,26	1,5	0,36	16,2
№ 155 М 2003 г	Гуляш из говядины	1\125	50-66	16,15	7,02	4,79	147
№ 445 М 2003 г	Каша гречневая рассыпчатая	1\150	10-70	8,74	6,615	43,065	27
№ 433 М 2003 г	Чай с сахаром	1\200	1-64	0,2	0,05	15,01	57
№ 109 П 2013 г	Хлеб ржаной	1\15	0-42	0,99	0,18	5,00	26,1
		76-06					
		Завтрак П					
№ 364 М 2003 г	Омлет из яиц	1\200	55-78	20,07	33,45	3,71	396,36
№ 443 М 2003 г	Чай с сахаром	1\200	1-64	0,2	0,05	15,01	57
№ 108 П 2013 г	Хлеб пшеничный	1\28	2-58	1,25	0,15	8,20	37,29
		60-00					
		Обед П					
№ 134 П 2013 г	Рассольник «Ленинградский»	1\250	9-74	2,05	5,255	16,25	121,25
№ 479 П 2013 г	Сметана	1\10	2-90	0,23	1,5	0,36	16,2
№ 155 М 2003 г	Гуляш из говядины	1\125	50-66	16,15	7,02	4,79	147
№ 445 М 2003 г	Каша гречневая рассыпчатая	1\200	14-27	11,64	8,82	57,42	36
№ 433 М 2003 г	Чай с сахаром с лимоном	1\200	3-61	0,2	0,05	15,01	57
№ 108 П 2013 г	Хлеб пшеничный	1\19	1-60	0,99	0,10	5,56	25,30
№ 109 П 2013 г	Хлеб ржаной	1\40	2-22	2,64	0,48	13,36	69,6
		85-00					
		ПОЛДИК					
1091\1983	Пирожок с капустой и яйцом	1\75	5-81	5,45	7,08	28,88	201
№ 433 М 2003 г	Чай с сахаром	1\200	1-64	0,2	0,05	15,01	57
		БЛЮДА ДЛЯ СВОБОДНОГО ВЫБОРА					
		ДИЕТИЧЕСКИЙ СТОЛ					
№ 364 М 2003 г	Омлет из яиц	1\200	55-78	20,07	33,45	3,71	396,36
№ 385 М 2003 г	Компот из изюма	1\200	6-14	0,41	0	25,16	98
		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					
№ 134 П 2013 г	Рассольник «Ленинградский»	1\250	9-74	2,05	5,255	16,25	121,25
№ 46 П 2013 г	Суп картофельный с клецками	1\250	8-28	1,2	2,6	8,775	63,25
		ВТОРЫЕ БЛЮДА					
№ 155 М 2003 г	Гуляш из говядины	1\125	50-66	16,15	7,02	4,79	147
№ 238 М 2003 г	Рыба припущенная	1\90	45-58	17,6	0,648	0,324	77,4
		ГАРНИР					
№ 445 М 2003 г	Каша гречневая рассыпчатая	1\200	14-27	11,64	8,82	57,42	36
№ 447 М 2003 г	Макаронь отварные	1\150	6-64	5,47	4,98	34,87	211,5
		НАПИТКИ					
№ 385 М 2003 г	Компот из изюма	1\200	6-14	0,41	0	25,16	98
№ 443 М 2003 г	Чай с сахаром	1\200	1-64	0,2	0	15,01	57
		ВЫПЕЧКА					
№ 516 М 2003 г	Пирожок печеный с джемом	1\75	8-00	4,9	5,18	46,02	247
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