

ИП Шепелев А.Н.  
МЕНЮ  
СТОЛОВОЙ Гимназии № 42  
на «20» апреля 2021 года



№ Рецептуры	Наименование блюда для учащихся с 7 до 11 лет	Завтрак ГП		Пищевые вещества			Энерг. ценн.
				Белки	Жиры	Углев.	
№ 107 П 2008 г	Каша манная молочная жидкая	1\190	12-10	5,89	7,63	29,54	210,93
№ 9424 М 2003 г	Яйцо вареное	1 шт	12-33	5,1	4,6	0,3	63
№ 269 П 2008 г	Какао с молоком	1\200	10-91	3,77	3,93	26,95	153,92
	Апельсин	1 шт	31-90	2,3	0,5	20,3	107,5
	Масло сливочное	1\10	6-96	2,36	9,15	15,02	153
№108 П 2013 г	Хлеб пшеничный	1\21	1-86	1,19	0,15	7,83	35,60
		76-06					
		<b>Обед ГП</b>					
№ 106 П 2013 г	Огурец свежий	1\50	10-72	0,4	0,05	1,25	7,0
№ 142 П 2013 г	Щи из св капусты с картофелем	1\250	7-47	7,0	19,9	31,1	332
№ 479 П 2013 г	Сметана	1\10	2-90	0,26	1,5	,36	16,2
№ 369 П 2013г	Жаркое по домашнему	35\150	46-77	26,0	23,2	16,6	379
№ 395 М 2003 г	Компот из сухофруктов	1\200	4-29	0	0	9,98	104
№ 109 П 2013 г	Хлеб ржаной	1\40	2-22	2,64	0,48	13,36	69,6
№108 П 2013 г	Хлеб пшеничный	1\20	1-69	1,19	0,15	7,83	35,60
		76-06					
		<b>Завтрак П</b>					
№ 107 П 2008 г	Каша манная молочная жидкая	1\200	12-73	6,2	8,05	31,09	222,03
№ 9424 М 2003 г	Яйцо вареное	1 шт	12-33	5,1	4,6	0,3	63
№ 269 П 2008 г	Какао с молоком	1\200	10-91	3,77	3,93	25,95	153,92
№108 П 2013 г	Хлеб пшеничный	1\32	2-82	1,71	0,21	11,19	50,85
		60-00					
		<b>Обед П</b>					
№ 106 П 2013 г	Огурец свежий	1\50	10-72	0,4	0,05	1,25	7,0
№ 142 П 2013 г	Щи из св капусты с картофелем	1\250	7-47	7,0	19,9	31,1	332
№ 369 П 2013г	Жаркое по домашнему	1\200	60-55	26	23,2	16,6	379
№ 395 М 2003 г	Компот из сухофруктов	1\200	4-29	0	0	9,98	104
№ 109 П 2013 г	Хлеб ржаной	1\35	1-97	2,71	0,49	13,69	71,34
		85-00					
		<b>ПОЛДНИК</b>					
№ 395 М 2003 г	Компот из сухофруктов	1\200	4-29	0	0	9,98	104
№ 741 П 2008 г	Пирожок печеный с мясом	1\75	21-99	8,85	3,3	52,26	273,84
		<b>БЛЮДА ДЛЯ СВОБОДНОГО ВЫБОРА</b>					
		<b>ДИЕТИЧЕСКИЙ СТОЛ</b>					
№ 107 П 2008 г	Каша манная молочная жидкая	1\200	12-73	6,2	8,05	31,09	222,03
№ 269 П 2008 г	Какао с молоком	1\200	10-91	2,79	3,19	19,71	118,69
		<b>ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА</b>					
№ 7 П 2008 г	Салат из квашенной капусты с луком	1\100	17-52	1,6	10	3,58	110,6
№ 2 М 2003 г	Винегрет овощной	1\100	11-09	1,23	10,12	7,47	126,67
		<b>ПЕРВЫЕ БЛЮДА</b>					
№ 142 П 2013 г	Щи из св капусты с картофелем	1\250	7-47	7,0	19,9	31,1	332
№ 128 П 2013 г	Борщ из свежей капусты с картофелем	1\250	9-71	1,83	5,0	10,65	95
		<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>					
№ 209 П 2008 г	Котлеты припущенные	1\100	38-05	12,24	13,83	8,35	206,76
№ 211 П 2008 г	Плов из отварной птицы	1\180	52-00	33,4	40,71	36,87	670,84
		<b>ГАРНИР</b>					
№ 447 М 2003 г	Макаронь отварные	1\200	8-86	7,3	6,64	46,5	282
№ 369 П 2013г	Жаркое по домашнему	1\200	60-55	26	23,2	16,6	379
		<b>НАПИТКИ</b>					
№ 394 М 2003г	Компот из свежих яблок	1\200	8-36	0,21	0,21	15,27	62
№ 443 М 2003 г	Чай с сахаром	1\200	1-64	0,2	0	15,01	57
		<b>ВЫПЕЧКА</b>					
№ 515 М 2003 г	Пирожок печеный с картофелем и луком	1\75	7-23	5,28	6,43	34,14	216
1091\1983	Пирожок печеный с капустой и яйцом	1\75	5-92	5,45	7,08	28,88	201

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

ИП Шепелев А.Н.

Калькулятор

Зав. производством