



ИП Шепелев А.Н.
МЕНЮ
СТОЛОВОЙ Гимназии № 42
на «7» апреля 2021 года

№ Рецептуры	Наименование блюда для учащихся с 7 до 11 лет	Завтрак ГП		Пищевые вещества			Энерг. ценн.
				Белки	Жиры	Углев.	
№ 313 П 2013 г	Запеканка из творога	1\170	55-87	27,2	28,56	27,08	481,66
№ 481 П 2013г	Молоко сгущенное	1\10	2-86	0,72	0,85	3,55	32,8
№ 80 М 2003 г	Сыр порционный	1\15	11-14	1,71	2,38	1,2	33,49
№ 433 М 2003 г	Чай с сахаром	1\200	1-64	0,02	0,05	15,01	57
№ 108 П 2013 г	Хлеб пшеничный	1\30	2-61	1,25	0,23	7,08	32,2
№ 109 П 2013 г	Хлеб ржаной	1\35	1-94	2,21	0,27	19,91	63,28
		76-06					
		Обед ГП					
№ 106 П 2013 г	Помидор свежий	1\50	10-72	0,55	0,1	1,9	12,0
№ 121 М 2003	Суп картофельный с макаронными изделиями	1\250	10-28	2,86	4,56	20,73	159
№ 209 П 2008 г	Котлеты припущенные	1\90	34-22	11,02	12,45	7,52	186,09
№ 443 М 2003 г	Картофельное пюре	1\150	14-00	3,24	5,59	22,05	156
№ 289 П 2008 г	Напиток из шиповника	1\200	5-77	0,68	0	21,01	46,87
№ 109 П 2013 г	Хлеб ржаной	1\20	1-07	3,42	0,4	22,36	101,7
		76-06					
		Завтрак П					
№ 314 П 2013 г	Запеканка морковная с творогом	1\200	45-95	17,46	20,8	36,4	386,6
№ 80 М 2003 г	Сыр порционный	1\15	11-14	1,72	2,38	1,2	33,5
№ 433 М 2003 г	Чай с сахаром	1\200	1-64	0,02	0,05	15,01	57
№ 108 П 2013 г	Хлеб пшеничный	1\14	1-27	0,97	0,18	5,51	25,04
		60-00					
		Обед П					
№ 106 П 2013 г	Помидор свежий	1\50	10-72	0,55	0,1	1,9	12,0
№ 121 М 2003	Суп картофельный с макаронными изделиями	1\250	10-28	2,14	4,48	17,46	121
№ 209 П 2008 г	Котлеты припущенные	1\100	38-05	12,24	13,83	8,35	206,76
№ 443 М 2003 г	Картофельное пюре	1\180	16-80	14,81	16,74	10,11	250,2
№ 289 П 2008 г	Напиток из шиповника	1\200	5-77	0,68	0	21,01	46,87
№ 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\13	1-16	0,90	0,17	5,12	23,25
		85-00					
ПОЛДНИК							
№ 293 П 2008 г	Сок фруктовый	1\200	8-12	1,95	0,195	5,655	35,1
№ 741 М 2004 г	Ватрушка с творогом	1\60	15-62	8,85	3,3	52,26	273,84
БЛЮДА ДЛЯ СВОБОДНОГО ВЫБОРА ДИЕТИЧЕСКИЙ СТОЛ							
№ 314 П 2013 г	Запеканка морковная с творогом	1\200	45-95	17,46	20,8	36,4	386,6
№ 433 М 2003 г	Чай с сахаром	1\200	1-64	0,02	0,05	15,01	57
ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА							
№ 64 М 2003 г	Салат из свеклы с растительным маслом	1\100	7-73	0,84	5,05	5,07	69
№ 22 П 2013 г	Помидор свежий	1\60	12-82	0,5	0,1	1,6	10,8
ПЕРВЫЕ БЛЮДА							
№ 121 М 2003	Суп картофельный с рисом	1\250	10-05	2,14	4,48	17,46	121
№ 121 М 2003	Суп картофельный с макаронными изделиями	1\250	10-28	2,14	4,48	17,46	121
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
№ 209 П 2008 г	Котлеты припущенные	1\100	38-05	12,24	13,83	8,35	206,76
№ 369 П 2013г	Жаркое по домашнему	35\150	46-77	26,0	23,2	16,6	379
ГАРНИР							
№ 443 М 2003 г	Картофельное пюре	1\180	16-80	14,81	16,74	10,11	250,2
№ 447 М 2003 г	Макароны отварные	1\150	6-64	5,85	5,31	37,21	225,6
НАПИТКИ							
№ 293 П 2008 г	Сок фруктовый	1\200	8-12	1,95	0,195	5,655	35,1
№ 443 М 2003 г	Чай с сахаром	1\200	1-64	0,2	0	15,01	57
ВЫПЕЧКА							
№ 312 П 2008 г	Булочка Домашняя	1\60	5-08	4,37	7,07	36,8	228,2
№ 515 М 2003г	Пирожок печеный с джемом	1\75	8-00	4,90	5,18	46,02	247

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

ИП Шепелев А.Н.

Калькулятор

Зав. производством