

ИП Шепелев А.Н.  
МЕНЮ  
СТОЛОВОЙ Гимназии № 42  
на «29» апреля 2021 года



№ Рецептуры	Наименование блюда для учащихся с 7 до 11 лет	Завтрак ГП		Пищевые вещества			Энерг. ценн.
		Белки	Жиры	Углев.			
№ 364 М 2003 г	Омлет из яиц	1\170	51-89	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\15	0-71	0,99	0,18	5,00	26,1
		<b>76-06</b>					
		<b>Обед ГП</b>					
№ 134 П 2013 г	Рассольник «Ленинградский»	1\250	10-05	2,05	5,25	16,25	121,25
№ 479 П 2013 г	Сметана	1\5	1-45	0,13	0,75	0,18	8,1
№ 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\28	1-56	1,85	0,34	9,33	48,72
		<b>76-06</b>					
		<b>Завтрак П</b>					
№ 364 М 2003 г	Омлет из яиц	1\185	56-47	18,06	30,1	3,33	356,72
№ 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\21	1-89	1,09	0,11	6,14	27,96
		<b>60-00</b>					
		<b>Обед П</b>					
№ 134 П 2013 г	Рассольник «Ленинградский»	1\250	10-05	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	7\200	3-61	0,2	0,05	15,01	57
№ 108 П 2013 г	Хлеб пшеничный	1\15	1-29	0,78	0,24	4,38	19,97
№ 109 П 2013 г	Хлеб ржаной	1\40	2-22	2,64	0,48	13,36	69,6
		<b>85-00</b>					
		<b>ПОЛДНИК</b>					
1091\1983	Пирожок с капустой и яйцом	1\75	5-92	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
		<b>БЛЮДА ДЛЯ СВОБОДНОГО ВЫБОРА</b>					
		<b>ДИЕТИЧЕСКИЙ СТОЛ</b>					
№ 364 М 2003 г	Омлет из яиц	1\185	56-47	18,06	30,1	3,33	356,72
№ 385 М 2003 г	Компот из изюма	1\200	6-14	0,41	0	25,16	98
		<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
№ 64 М 2003 г	Салат из свеклы с растительным маслом	1\100	9-67	0,84	5,05	5,07	69
		<b>ПЕРВЫЕ БЛЮДА</b>					
№ 134 П 2013 г	Рассольник «Ленинградский»	1\250	10,05	2,05	5,255	16,25	121,25
№ 46 П 2013 г	Суп картофельный с клецками	1\250	8-60	1,2	2,6	8,775	63,25
		<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>					
№ 155 М 2003 г	Гуляш из говядины	1\125	50-66	16,15	7,02	4,79	147
№ 173 М 2003 г	Котлеты "Студенческие"	1\100	47-40	30,92	20,6	25,01	318,46
		<b>ГАРНИР</b>					
№ 445 М 2003 г	Каша гречневая рассыпчатая	1\200	14-27	11,64	8,82	57,42	36
№ 447 М 2003 г	Макаронные отварные	1\150	6-64	5,47	4,98	34,87	211,5
		<b>НАПИТКИ</b>					
№ 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
		<b>ВЫПЕЧКА</b>					
№ 516 М 2003 г	Пирожок печеный с джемом	1\75	8-05	4,9	5,18	46,02	247
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