



ИП Шепелев А.Н.
МЕНЮ
СТОЛОВОЙ Гимназии № 42
на «30» апреля 2021 года

№ Репеитур	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\150	49-47	24	25,2	23,89	424,99
№ 481 П 2013г	Молоко сгущенное	1\110	2-86	0,72	0,85	3,55	32,8
№ 443 М 2003 г	Чай с сахаром	1\200	1-64	0,2	0,05	15,01	57
	Йогурт "Нежный"	1шт	19-30	2,5	1,2	16,0	85
№ 108 П 2013 г	Хлеб пшеничный	1\32	2-79	1,65	0,24	10,92	49,70
		76-06					
		Обед ГП					
№ 25,615 М 2004 г	Салат "Степной"	1\60	7-33	0,5	0,1	1,7	9
№ 128 П 2013 г	Борщ из св капусты с картофелем	1\250	9-92	1,83	5	10,65	95
№ 479 П 2013 г	Сметана	1\10	2-90	0,26	1,5	0,36	16,2
№389 П 2013г	Тефтели из говядины	1\90	41-20	12,42	11,43	7,83	183,6
№ 447 М 2003 г	Макароны отварные	1\150	6-64	5,47	4,98	34,87	211,5
№ 289 П 2008 г	Напиток из шиповника	1\200	6-35	0,68	0	21,01	46,87
№ 109 П 2013 г	Хлеб ржаной	1\31	1-72	2,04	0,37	2,56	53,94
		76-06					
		Завтрак П					
№ 142 П 2008 г	Запеканка морковная с творогом	1\200	48-27	17,47	20,8	36,4	386,66
№ 443 М 2003 г	Чай с сахаром	1\200	1-64	0,2	0,05	15,01	57
№ 80 М 2003 г	Сыр	1\10	7-66	1,47	1,59	0,8	22,33
№ 108 П 2013 г	Хлеб пшеничный	1\28	2-43	1,44	0,21	9,55	43,49
		60-00					
		Обед П					
№ 25,615 М 2004г	Салат «Степной» из разных овощей	1\80	9-78	1,4	3,9	8	73,9
№ 128 П 2013 г	Борщ из св капусты с картофелем	1\250	9-92	1,83	5	10,65	95
№ 479 П 2013 г	Сметана	1\10	2-90	0,26	1,5	0,36	16,2
№389 П 2013г	Тефтели из говядины	1\100	45-78	13,8	12,7	8,7	204
№ 447 М 2003 г	Макароны отварные	1\180	7-97	7,3	6,64	46,5	282
№ 289 П 2008 г	Напиток из шиповника	1\200	6-35	0,68	0	20,01	46,87
№ 109 П 2013 г	Хлеб ржаной	1\40	2-30	2,64	0,48	13,36	69,6
		85-00					
		ПОЛДНИК					
№ 272 П 2008г	Кисломолочный продукт кефир	1\200	18-96	6,35	7,24	9,27	127,52
№307 П 2008г	Булочка "Веснушка"	1\60	4-12	4,61	4,41	35,3	199,3
		БЛЮДА ДЛЯ СВОБОДНОГО ВЫБОРА					
		ДИЕТИЧЕСКИЙ СТОЛ					
№ 142 П 2008 г	Запеканка морковная с творогом	1\200	48-27	17,47	20,8	36,4	386,66
№ 443 М 2003 г	Чай с сахаром	1\200	1-64	0,2	0,05	15,01	57
		ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА					
№ 7 П 2008 г	Салат из квашенной капусты с луком	1\100	17-52	1,6	10	3,58	110,6
№ 25,615 М 2004г	Салат «Степной» из разных овощей	1\80	9-78	1,4	3,9	8	73,9
		ПЕРВЫЕ БЛЮДА					
№ 134 П 2013 г	Рассольник «Ленинградский»	1\250	10-05	2,05	5,255	16,25	121,25
№ 128 П 2013 г	Борщ из св капусты с картофелем	1\250	9-92	1,83	5	10,65	95
		ВТОРЫЕ БЛЮДА					
№ 445 М 2003 г	Каша гречневая рассыпчатая	1\200	14-26	11,64	8,82	57,42	36
№ 447 М 2003 г	Макароны отварные	1\200	8-86	7,3	6,64	46,5	282
		ГАРНИР					
№ 155 М 2003 г	Гуляш из говядины	1\125	50-66	16,15	7,02	4,79	147
№389 П 2013г	Тефтели из говядины	1\100	45-78	14	22,8	19,1	338
		НАПИТКИ					
№ 289 П 2008 г	Напиток из шиповника	1\200	6-35	0,68	0	20,01	46,87
№ 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	8-05	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