

Согласовано
Директор МБОУ
Гимназия им. А.И.Яковлева
Н.Б.Овденко

Меню на 14 сентября 2023 г. (сахарный диабет)

Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А.Иванова

Школа МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева Отд./корп. 14.09.2023 День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Холодн.закус	22/97-04	Перец сладкий болгарский	30	14,8	8,28	0,47	0	1,69
комплекс №1 160 руб.	2 блюдо	0047/460-1996	Котлета рубленая из филе кур	75	59,41	231,75	16,57	17,82	7,5
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	23,42	154,3	3,26	4,69	26,3
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,53	1	0,2	0	0
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2
	Фрукты	14/т24-96	Мандарин	126	54,24	49,4	1,04	0	11,18
			Итого		160	472,73	21,65	22,54	51,87
	Холодн.закус	22/97-04	Перец сладкий болгарский	30	14,8	8,28	0,47	0	1,69
	2 блюдо	002/437-04	Гуляш из говядины	40/50	95,58	160,75	12,59	10,76	3,59
	Гарнир	6/464-96	Рис отварной	150	17,4	219,37	3,87	5,25	41,8
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,53	1	0,2	0	0
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2
	Хлеб рж/пшени	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,51	21,5	0,68	0,12	4,64
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	140	23,58	64,4	0,56	0	15,82
			Итого		160	503,3	18,48	16,16	72,74
			Итого		0	0	0	0	0

Заместитель директора по ОП

Н.В.Тарасова

Согласовано
 Директор, МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева
А.В. Пискин
 Н.Б. Овденко
 МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева

Меню на 14 сентября 2023 г. (безглютеновая диета)
 Отд./корп

Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
Е.А. Иванова
 День 14.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак Комплекс №1 160 руб.	Холодн. закус	22/97-04	Перец сладкий болгарский	25	12,21	6,9	0,39	0	1,41
	2 блюдо	20/м17-96	Филе птицы отварное	75	83,91	109,8	10,56	7,38	0,24
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	23,42	154,3	3,26	4,69	26,3
	Сладкое бл	12а/638-04	Напиток из кураги (без сахара)	200	15,01	54,4	1,04	0	13,18
	Хлеб	14/м24-96	Хлебцы злаковые (зречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2
	Фрукты		Яблоко св.	110	18,85	50,6	0,44	0	12,4
			Итого		160	404	15,8	12,1	58,73
	Холодн. закус	22/97-04	Перец сладкий болгарский	30	14,8	8,28	0,47	0	1,69
	2 блюдо	002/437-04	Гуляш из говядины (без муки)	40/50	95,58	160,75	12,59	10,76	3,59
	Гарнир	6/464-96	Рис отварной	150	17,4	219,37	3,87	5,25	41,8
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,74	58	0,2	0	14,97
	Хлеб		Хлебцы злаковые (зречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2
	Фрукты	14/м24-96	Яблоко св.	130	21,88	59,8	0,52	0	14,7
			Итого		160	534,2	17,76	16,04	81,95
			Итого		0	0	0	0	0

Заместитель директора по ОТ

Н.В. Тарасова

Н.В. Тарасова

Согласовано
 Директор МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева
 Н.В. Овденко

Меню на 22 сентября 2023 г. (безглютеновая диета)

Утверждено
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А. Иванова

Школа МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева Отд./корп 02.09.2023

Принем пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	0068/272-04	Суфле из моркови	120	48,98	201,4	8,78	13,34	11,91
	2 блюдо		Молоко сгущенное с сахаром	20	10,38	63	1,44	1,7	11,2
комплекс №1 160 руб.	Напиток	ТТК №70	Какао "Чужка"	200	39,46	119,2	5,46	6,17	10,8
	Хлеб		Хлебы злаковые (средневьё)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2
	Фрукты	14/т24-96	Груша	180	54,58	75,6	0,72	0	19,26
			Итого		160	487,2	16,51	21,24	58,37
Завтрак комплекс №2 160 руб.	2 блюдо	0064/487-04	Пицца отварная (филе)	75	83,91	255,34	20,25	12,15	16,89
	Гарнир	11/470-96	Картофель отварной	100	15,25	106,14	2,046	2,64	19,73
	Холодн. закус	8/97-04	Огурец свежий	50	10,61	5	0,35	0	0,9
	Напиток	8/627-96	Чай с лимоном	200/7	5,63	60	0,3	0	15,22
	Хлеб		Хлебы злаковые (средневьё)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2
	Фрукты	14/т24-96	Апельсин	100	38	38	0,9	0	8,4
			Итого		160	492,48	23,956	14,82	66,34
			Итого		0	0	0	0	0

Заместитель директора по ОП

Н.В. Тарасова

Согласовано
 Меню на 21 сентября 2023 г. (безглютеновая диета)

Директор МБОУ Гимназия им.А.И.Яковлева
Овденко Н.Б. Овденко Н.Б.

Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
Е.А.Иванова Е.А.Иванова

Школа МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева

Отд./корп

День

21.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 160 руб.	Холодн.закус	8/97-04	Огурец свежий	60	6,92	6	0,42	0	1,08
	2 блюдо	0067/303-96	Горбуша припущенная	100	92,53	180,6	25,7	8,54	0,29
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	23,42	154,3	3,26	4,69	26,3
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,74	58	0,2	0	14,97
	Хлеб		Хлебцы злаковые (еречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	160	26,79	73,6	0,64	0	18,08
			Итого		160	500,5	30,33	13,26	65,92
Завтрак комплекс №2 160 руб.	Холодн.закус	8/97-04	Огурец свежий	60	13,77	6	0,42	0	1,08
	2 блюдо	007/411-96	Бифштекс н/р	53	96,85	177,2	12,72	14,04	0,045
	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	150	13,31	265,5	8,8	6,14	47,24
	Напиток	11а/705-04	Отвар из шиповника (без сахара)	200	10,4	50,6	0,8	0	12
	Хлеб		Хлебцы злаковые (еречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	115	19,07	52,9	0,46	0	13
			Итого		160	580,2	23,31	20,21	78,565
			Итого		0	0	0	0	0

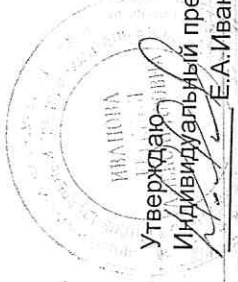
Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова



Согласовано
 Директор МБОУ Гимназия им. А. И. Яковлева
Н. Б. Овденко

Меню на 19 сентября 2023 г. (безглютеновая диета)



Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
Е. А. Иванова

Школа МБОУ Гимназия им. А. И. Яковлева Отд./корп

День 19.09.2023

Прием-пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 160 руб.	Холодн.закус	8/97-04	Огурец свежий	45	10,37	4,5	0,3	0	0,81
	2 блюдо	0048/394-96	Жаркое по-домашнему	40/125	106,1	252,2	14,2	14,92	20,92
	Напиток	ТТК №37	Напиток из смородины	200	17,93	99,76	0,25	0	14,97
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2
	Фрукты	14/м24-96	Яблоко св.	115	19	52,9	0,46	0	13
			Итого		160	437,36	15,32	14,95	54,9
Завтрак комплекс №2 160 руб.	Холодн.закус	18/39-04	Салат Витаминный-1 (помид,огур)	100	22	84,58	0,64	5,01	9,51
	2 блюдо	ТТК №78	Копллета натур. Рубленая(гов+св)	50	86,17	151,76	11,8	11,4	0,7
	Гарнир	7/487-96	Рагу овощное	150	23,16	137,54	2,8	6,4	16,78
	напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,74	58	0,2	0	14,97
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2
	Фрукты	14/м24-96	Яблоко св.	110	18,33	50,6	0,44	0	12,4
			Итого		160	510,48	15,99	22,84	59,56
			Итого		0	0	0	0	0

Зам. директора по О.П.

Н.В. Тарасова

Н.В. Тарасова



Согласовано
 директор МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева
 Н.Б. Овденко

Меню на 18 сентября 2023 г. (безглютеновая диета)

Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А. Иванова

Школа

МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева

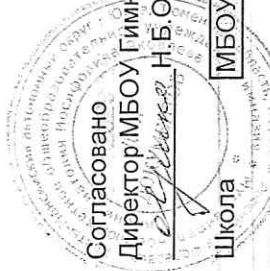
Отд./корп

День

18.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1 комплекс 160 руб.	Холодн.закус	7/97-04	Сыр порц	15	17,84	54,15	4,02	4,095	0
	2 блюдо	0066/286-96	Омлет смешанный с сосисками	135	68,28	286,8	15,1	24,3	2,2
	напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,74	58	0,2	0	14,97
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2
	Фрукты	14/т24-96	Мандарин	145	63,54	57	1,2	0	12,9
Завтрак 2 комплекс 160 руб.	2 блюдо	0061/357-96	Итого		160	483,95	20,63	28,425	35,27
	Гарнир	20/523-04	Мясо (говядина)отварное	50	118,18	148,6	15,1	9,9	0
	Холодн.закус	8/97-04	Капуста отварная	150	22,43	96	2,85	5,7	7,35
	напиток	7/628-96	Помидоры свежие	70	9,05	9,8	0,42	0	2,03
	Хлеб		Чай с сахаром	200	3,74	58	0,2	0	14,97
			Хлебцы злаковые (гречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2
			Итого		160	340,4	18,68	15,63	29,55
			Итого		0	0	0	0	0

Зам. директора по ОП ИП Иванова Е.А. Н.В. Тарасова



Согласовано
 Директор МБОУ Гимназия им. А. И. Яковлева
 Н. Б. Орденко

Школа

МБОУ Гимназия им. А. И. Яковлева

Отд./корп

Меню на 19 сентября 2023 г. (безглютеновая диета)

Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е. А. Иванова

День

19.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 160 руб.	Холодн. закус	8/97-04	Огурец свежий	45	10,37	4,5	0,3	0	0,81
	2 блюдо	0048/394-96	Жаркое по-домашнему	40/125	106,1	252,2	14,2	14,92	20,92
	Напиток	ТТК №37	Напиток из смородины	200	17,93	99,76	0,25	0	14,97
	Хлеб		Хлебцы злаковые (речневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	115	19	52,9	0,46	0	13
			Итого		160	437,36	15,32	14,95	54,9
Завтрак комплекс №2 160 руб.	Холодн. закус	18/39-04	Салат Витаминный-1 (помид, огу)	100	22	84,58	0,64	5,01	9,51
	2 блюдо	ТТК №78	Котлета натур. Рубленая(гов+св)	50	86,17	151,76	11,8	11,4	0,7
	Гарнир	7/487-96	Рагу овощное	150	23,16	137,54	2,8	6,4	16,78
	напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,74	58	0,2	0	14,97
	Хлеб		Хлебцы злаковые (речневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	110	18,33	50,6	0,44	0	12,4
			Итого		160	510,48	15,99	22,84	59,56
					0	0	0	0	0

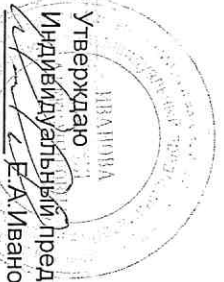
Зам. директора по О.П.

Н.В. Тарасова



Согласовано
 Директор МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева
 Н.Б.Овденко

Меню на 16 сентября 2023 г. (безглютенная диета)



Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова

Школа	МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева	№ рец.	Блюдо	Отд./корп	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	День											
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Отд./корп	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	16.09.2023											
												Завтрак	Холодн.закус	5/22-04	Салат из св.помид. с перцем	100	24,9	107,34	0,8	9,99	3,66	
												комплекс №1	2 блюдо	0067/303-96	Горбуша пршущенная	100	92,53	180,6	25,7	8,54	0,29	
													Гарнир	11/470-96	Картофель отварной	100	15,25	106,14	2,046	2,64	19,73	
												160 руб	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,74	58	0,2	0	14,97	
													Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2	
													Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	100	16,98	46	0,4	0	11,3	
															Итого			160	526,08	29,256	21,2	55,15
												Завтрак	Холодн.закус	8/97-04	Помидоры свежие		60	11,63	8,4	0,36	0	1,74
Напиток	11/705-04	Напиток из шиповника	200	12,61	106,7	0,8	0	26,97														
Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2														
комплекс №2	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.		130	21,88	59,8	0,52	0	14,7												
											Итого			160	482,25	15,95	13,83	74,81				
160 руб.			Итого			0	0	0	0	0												

Зам. директора по О.П. Н.В.Тарасова

Согласовано

Директор МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева

Овденко Н.Б.Овденко

Меню на 15 сентября 2023г (сахарный диабет)

Утверждаю

Индивидуальный предприниматель

Иванова Е.А.Иванова

Школа	МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева				Отд./корп	День				15.09.2023
	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г		Цена	Калорийность	Белки	Жиры	
Завтрак	Холодн.закус	8/97-04	Помидоры свежие	50	9,59	7	0,32	0	1,45	
	2 блюдо	0036/444-04	Плов по- узбекски	50/150	138,05	472,22	20,12	25,74	42,69	
	Напиток	ТТК №12	Напиток из сухофруктов (без сахара)	200	5,76	144,42	1,33	0	37,3	
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2	
			Итого		160	651,64	21,88	25,77	86,64	
Завтрак	Холодн.закус	8/97-04	Огурец свежий	40	8,64	4	0,28	0	0,72	
	2 блюдо	ТТК №64	Филе птицы запеченное	80	93,35	277,5	14,48	23,95	0,58	
	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	180	15,93	207,7	7,01	4,78	37,56	
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,53	1	0,2	0	0	
			Хлебцы злаковые (гречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2	
			Груша	115	33,95	53,13	0,506	0	13,53	
			Итого		160	571,33	22,586	28,76	57,59	
			Итого		0	0	0	0	0	

Зам. директора по ОП

Иванова

Н.В.Тарасова



Согласовано
 Директор МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева
 Школа

Меню на 12 сентября 2023 г (сахарный диабет)

Утверждено
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Отд./корп	Цена	Капорийность			День	
						Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак комплекс №1 160 руб.	2 блюдо	ТТК №33	Голубцы Любительские	85/50	69,28	178,2	9,58	10,53	11,95	12.09.2023
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	23,42	154,3	3,26	4,69	26,3	
	Доп.гарнир	8/97-04	Огурец свежий	25	5,41	2,5	0,175	0	0,45	
	Сладкое бл	3а/631-04	Компот из св яблок (без сахара)	200	7,79	41,4	0,09	0	10,8	
	Хлеб	14/т24-96	Хлебцы злаковые (зерновые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2	
	Фрукты		Апельсин	125	47,5	49,4	1,17	0	10,92	
Завтрак комплекс №2 160 руб.	Холодн.закус	22/97-04	Итого		160	453,8	14,385	15,25	65,62	
	2 блюдо	ТТК №8	Перец сладкий болгарский	40	19,3	9,2	0,52	0	1,88	
	Гарнир	ТТК №29	Рыба(минтай) запеч.со смет.	60	47,2	101,45	12,74	5,16	0,84	
	Сладкое бл	3а/631-04	Рис с овощами	180	31,61	201,9	3,92	6,8	32,9	
	Хлеб		Компот из св яблок (без сахара)	200	7,79	41,4	0,09	0	10,8	
	Фрукты	14/т24-96	Хлебцы злаковые (зерновые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2	
			Итого	125	47,5	49,4	1,17	0	10,92	
			Итого		160	431,35	18,55	11,99	62,54	
			Итого		0					
			Зам. директора по ОП			0	0	0	0	0

Н.В.Тарасова

(Handwritten signature)

Согласовано
 Директор МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева
Н.Б.Овденко

Меню на 12 сентября 2023 г (безглютеновая диета)

Утверждено
 Индивидуальный предприниматель
Е.А.Иванова

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Отд./корп	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	День	
				Выход, г						12.09.2023	
Завтрак комплекс №1 160 руб.	2 блюдо	006/479-97	Биточки по-белорусски	50	77,46	133,76	10,49	9,11	0,73	12.09.2023	
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	23,42	154,3	3,26	4,69	26,3		
	Холодн.закус	22/97-04	Перец сладкий болгарский	40	19,61	9,2	0,52	0	1,88		
	Напиток	ТТК №67	Напиток из вишни	200	14,59	102	0,2	0	26,78		
	Хлеб		Хлебцы злаковые (зерновые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2		
	Фрукты	14/м24-96	Апельсин	50	18,32	19	0,45	0	4,2		
				Итого							
				Перец сладкий болгарский	30	160	446,26	15,03	13,83		65,09
				Рыба(минтай) запеч.со смет.	60	47,2	6,9	0,39	1,41		
Завтрак комплекс №2 160 руб.	Гарнир	ТТК №8	Рис с овощами	180	31,61	101,45	12,74	5,16	0,84		
	Напиток	ТТК №29	Какао "Чулка "	200	39,46	201,9	3,92	6,8	32,9		
	Хлеб	ТТК №70	Хлебцы злаковые (зерновые)	10	6,6	145,84	3,7	3,93	25,39		
	Фрукты	14/м24-96	Яблоко св.	120	20,33	28	0,11	0,03	5,2		
				Итого			55,2	0,48	13,6		
							539,29	21,34	15,92	79,34	
				Итого							
			Зам. директора по ОП		0		0	0	0		

Н.В.Тарасова

Согласовано
 Меню на 11 сентября 2023 г. (сахарный диабет)
 Директор МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева
 Н.Б. Овденко

Школа

МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева

Отд./корп

Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова

День 11.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1 комплект 160 руб	Холодн.закус	8/97-04	Горошек зеленый конс	50	14,1	20,5	1,55	0,1	3,55
	2 блюдо	0020/413-04	Сосиска отварная	66	55,65	151,2	7,02	13,68	0
	Напиток	0029/262-96	Каша молочная пшеничная	200/10	28,29	280,72	7,76	11,64	38,55
	Хлеб	7/628-96	Чай без сахара	200	1,53	1	0,2	0	0
	Фрукты	14/т24-96	Хлебцы злаковые (гречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2
Завтрак 2 комплект 160 руб	Итого			125	53,83	49,4	1,04	0	11,18
	Холодн.закус	7/97-04	Сыр порц	20	160	530,82	17,68	25,45	58,48
	2 блюдо	ТТК №78	Котлета натуральная рубленая	50	23,78	72,2	5,36	5,46	0
	Холодн.закус	8/97-04	Помидоры свежие	50	86,17	151,76	11,8	11,4	0,7
	гарнир	11/470-96	Картофель отварной	100	15,25	106,14	0,32	0	1,45
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,53	1	0,2	0	19,73
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	120	19,89	55,2	0,48	0	13,6
	Итого				160	421,3	20,316	19,53	40,68
	Итого				0	0	0	0	0

Зам.директора по ОП ИП Иванова Е.А.

Н.В. Тарасова

Согласовано

Директор МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева
Школа

МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева

Меню на 12 сентября 2023 г (безглютеновая диета)

№ рец. 006/479-97

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Отд./корп	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак комплекс №1 160 руб.	2 блюдо	006/479-97	Биточки по-белорусски	50	77,46	133,76	10,49	9,11	0,73	
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	23,42	154,3	3,26	4,69	26,3	
	Холодн.закус	22/97-04	Перец сладкий болгарский	40	19,61	9,2	0,52	0	1,88	
	Напиток	ТТК №67	Напиток из вишни	200	14,59	102	0,2	0	26,78	
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2	
	Фрукты	14/т24-96	Апельсин	50	18,32	19	0,45	0	4,2	
				Итого		160	446,26	15,03	13,83	65,09
	Завтрак комплекс №2 160 руб.	Холодн.закус	22/97-04	Перец сладкий болгарский	30	14,8	6,9	0,39	0	1,41
		2 блюдо	ТТК №8	Рыба(минтай) запеч.со смет.	60	47,2	101,45	12,74	5,16	0,84
Гарнир		ТТК №29	Рис с овощами	180	31,61	201,9	3,92	6,8	32,9	
Напиток		ТТК №70	Какао "Чулка "	200	39,46	145,84	3,7	3,93	25,39	
Хлеб			Хлебцы злаковые (гречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2	
Фрукты		14/т24-96	Яблоко св.	120	20,33	55,2	0,48	0	13,6	
						160	539,29	21,34	79,34	
				Итого		0	0	0	0	
			Зам. директора по ОП							
			Н.В.Тарасова							



Согласовано
 Директор МБОУ Гимназия им. А. И. Яковлева
С. Б. Овденко Н. Б. Овденко

Меню на 13 сентября 2023 г (сахарный диабет)



Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е. А. Иванова

Школа	МБОУ Гимназия им. А. И. Яковлева				Отд./корп	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо						
Завтрак комплекс №1 160 руб.	2 блюда	0032/а-294-96	Сырники из творога (манка, яйцо)	2х100	130,52	489,5	33,7	21,4	41,5	
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,53	1	0,2	0	0	
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	165	27,95	75,9	0,66	0	18,6	
			Итого			160	566,4	34,56	21,4	60,1
Завтрак комплекс №2 160 руб.	Холодная закуска	8/97-04	Яйцо вареное	20	6,8	31,4	2,6	2,3	0,14	
	Холодн. закус	007/411-96	Помидоры свежие	45	8,59	6,3	0,27	0	1,3	
	2 блюда	0049/214/96	Бифштекс н/р	53	96,85	177,2	12,72	14,04	0,045	
	Гарнир	7/628-96	Морковь, тушенная с рисом	250	39,63	301,35	4,52	12,74	44,8	
	Напиток		Чай без сахара	200	1,53	1	0,2	0	0	
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2	
			Итого		160	545,25	20,42	29,11	51,485	
			Итого							
			Итого		0	0	0	0	0	
			Зам. директора по ОП							
			<i>Н. В. Гарасова</i>							
			Н. В. Гарасова							

Согласовано
 Директор МБОУ Гимназия им.А.И.Яковлева
С.Б.Обденко
 Н.Б.Обденко

Меню на 13 сентября 2023 г (безглютеновая диета)

ИЖАИИ
 Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
С.Е.А.Иванова

Школа	Прием пищи	МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева	№ рец.	Раздел	Блюдо	Отд./корп	День				13.09.2023
							Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	
Завтрак комплекс №1 160 руб.	2 блюдо	ТТК №85			Пудинг из творог. с рисом (без сахара)	150	90,66	344,6	22,34	15,78	28,9
	2 блюдо				Молоко сгущенное с сахаром	25	10,38	78,75	1,8	2,13	14
	Напиток	ТТК №70			Какао "Чулка"	200	39,46	119,2	5,46	6,17	10,8
	Фрукты	14/т24-96			Яблоко св.	115	19,5	78,2	0,68	0	19,21
					Итого		160	620,75	30,28	24,08	72,91
Завтрак комплекс №2 160 руб.	Холодная закуска				Яйцо вареное	20	6,8	31,4	2,6	2,3	0,14
	Холодн.закус	8/97-04			Огурец свежий	30	6,38	3	0,21	0	0,34
	2 блюдо	007/411-96			Бифштекс н/р	53	96,85	177,2	12,72	14,04	0,045
	Гарнир	0049/214/96			Морковь, тушенная с рисом	250	39,63	301,35	4,52	12,74	44,8
	Напиток	7/628-96			Чай с сахаром	200	3,74	58	0,2	0	14,97
Обед	Хлеб				Хлебцы злаковые (зречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2
					Итого		160	598,95	20,36	29,11	65,495
					Итого		0	0	0	0	0

Зам. директора по ОП *Н.В.Тарасова*