

Школа

МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева

Отд./корт

День

16.10.2023

Согласовано

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

Меню на 16 октября 2023 г. (безглютенная диета)

Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А. Иванова

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 160 руб.	2 блюдо	0065/340-04	Омлет натуральный	105	45,87	180,4	11,3	14,3	2,02
	Холодн.закус	8/97-04	Горошек зеленый конс	45	12,79	18,45	1,4	0,09	3,2
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,78	58	0,2	0	14,97
	Хлеб	14/т24-96	Хлебцы злаковые (зречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2
	Фрукты		Мандарин	163	90,96	60,8	1,28	0	13,76
			Итого		160	345,65	14,29	14,42	39,15
Завтрак 2 комплехс 160 руб.	2 блюдо	0061/357-96	Мясо (говядина)отварное	50	131,48	148,6	15,1	9,9	0
	Гарнир	20/523-04	Капустя отварная	150	22,43	96	2,85	5,7	7,35
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,78	58	0,2	0	14,97
	Хлеб		Хлебцы злаковые (зречневые)	5	2,31	14	0,055	0,015	2,6
				Итого		160	316,6	18,205	15,615
Обед 238 руб.	Холодн.закус	ТТК 90	Салат овощной с консерв. кукуруз	100	36,13	65,8	1,11	5	4,7
	Первое бл	12/120-96	Щи из св.капусты с карт.,помидор	250	18,48	81,4	1,89	3,67	9,605
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,3	10,25	0,14	1	0,018
	Первое бл	12/т8-96	Мясо отварное для 1 блюда	10	26,22	29,92	3,024	1,98	0
	2 блюдо	007/411-96	Бифштекс нр	53	107,16	177,2	12,72	14,04	0,045
	2 блюдо	0051/593/04	Соус (без муки) томатный (том	25	3,56	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	23,42	154,3	3,26	4,69	26,3
	Сладкое бл	3/631-04	Компот из св.яблок	200	10,83	126,56	0,08	0	33,55
	Хлеб		Хлебцы злаковые (зречневые)	15	9,9	42	0,16	0,004	7,8
				Итого		238	704,71	22,634	31,384

Зам. директора по ОП ИГТ Иванова Е.А.

Н.В. Тарасова

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

Меню на 16 октября 2023 г. (сахарный диабет)

МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева

Утверждено
 Индивидуальный предприниматель
Е.А. Иванова Е.А. Иванова

Школа

Отд./конт

День

16.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Холодн. закуск	ТТК №62	Бутерброд сарычид с колбасой и с	15/15/20	32,46	138,55	7,3	7,64	10,46
	2 блюдо	0029/262-96	Каша молочная рисовая	200/10	31,19	249,82	5,24	10,81	34,85
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,53	1	0,2	0	0
	Хлеб	14/т24-96	Хлебцы злаковые (гречневые)	5	3,3	14	0,055	0,015	2,6
	Фрукты		Мандарины	165	91,52	62,7	1,32	0	14,19
1 комплекс 160 руб.			Итого		160	466,07	14,115	18,465	62,1
	2 блюдо	0061/357-96	Мясо (говядина) отварное	50	131,48	148,6	15,1	9,9	0
	2 блюдо	0039/528-96	Соус красный основной	30	1,26	14,1	0,25	0,62	1,99
	Гарнир	20/523-04	Калуста отварная	150	22,43	96	2,85	5,7	7,35
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,53	1	0,2	0	0
2 комплекс 160 руб.	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	5	3,3	14	0,055	0,015	2,6
			Итого		160	273,7	18,455	16,235	11,94
	Холодн. закуск	ТТК 90	Салат овощной с консерв. кукуруз	100	36,13	65,8	1,11	5	4,7
	Первое бл	12/120-96	Щи из св. капусты с карт., помидор	250	18,48	81,4	1,89	3,67	9,605
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	10	4,6	20,5	0,28	2	0,36
Обед 238 руб.	2 блюдо	12/т8-96	Мясо отварное для 1 блюда	10	26,22	29,92	3,024	1,98	0
	2 блюдо	0018а/416-96	Шницель рубленный	75	96,14	205,53	12,99	11,05	14,34
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная паст	25	3,56	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	1/4/2-96	Пюре картофельное	150	23,42	154,3	3,26	4,69	26,3
	Сладкое бл	За/631-04	Компот из св. груш (без сахара)	200	16,25	18,9	0,18	0	4,8
Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	20	13,2	56	0,22	0,06	10,4	
			Итого		238	649,63	23,204	29,45	72,175

Зам. директора по ОГ ИГ Иванова Е.А.

Н.В. Тарасова Н.В. Тарасова

Школа



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

Меню на 16 октября 2023 г. (для фуршетного стола 11 класс)

МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева

Отд./корт

День

16.10.2023



Утверждено
 Индивидуальный предприниматель
Е.А. Иванова

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
160 руб.	Холодн. закуск	ТТК 90	Салат овощной с консерв. кукуруза	100	36,13	65,8	1,11	5	4,7
	Фрукты	14/м24-96	Апельсин	100	43	38	0,9	0	8,4
	Первое бл	12/120-96	Щи из све. капусты с карт., помидор	250	18,48	81,4	1,89	3,67	9,605
	Первое бл	13/м.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,3	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	0018/416-96	Шницель рубленый	50	62,55	128,69	8,36	6,89	8,83
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	23,42	154,3	3,26	4,69	26,3
	2 блюдо	0066/286-96	Омлет смешанный с сосисками	135	77,08	286,8	15,1	24,3	2,2
	Доп. гарнир	8/97-04	Кукуруза консервированная	20	10,75	8,2	0,62	0,04	1,42
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,78	58	0,2	0	14,97
	Сладкое бл	ТТК №53	Компот из мандаринов и яблок	200	17,68	109,26	0,165	0	28,81
	Хлеб белый	ТТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	25	2,01	58,25	1,9	0,15	13,075
	Хлеб рж/пшен	ТТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
	Мучные изд.	ТТК №31	Плюшка с маком	50	8,97	154	4,07	5,1	22,7
	Мучные изд.	3/769-04	Булочка Домашняя	50	5,64	193,48	3,69	6,92	31,2
		Итого			0	0	0	0	0
		Итого			0	0	0	0	0
		Итого			0	0	0	0	0

Зам. директора по ОП ИПТ Иванова Е.А.

Иванова Е.А.

Н.В. Тарасова