



Меню на 27 ноября 2023 г. (сахарный диабет ,2 смена)

Согласовано
 Директор МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева
 Е.А. Иванова



Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А. Иванова

Школа

МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева

Отд./корп

День

27.11.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	Холодн.закус	ТТК №92	Салат Огородничий (с морковью)	100	19,92	84	1,65	5,02	8,4
	Первое бл	7/132-96	Суп из овощей	250	11,95	95,5	1,85	4,27	12,2
	Первое бл	12/т8-96	Мясо отварное для 1 блюда	10	26,22	29,92	3,024	1,98	0
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,3	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	0018а/416-96	Шницель рубленый	75	96,22	205,53	12,99	11,05	14,34
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная паста)	25	2,92	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	20/523-04	Капуста отварная	150	19,95	96	2,85	5,7	7,35
	Сладкое бл	3а/631-04	Компот из св яблок (без сахара)	200	9,39	41,4	0,09	0	10,8
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2
	Фрукты	14/т24-96	Апельсин	120	42,53	45,6	1,08	0	10,08
			Итого		238	653,48	24,034	30,05	70,058
Полдник	2 блюдо	0066/286-96	Омлет смешанный с сосисками	135	84,49	286,8	15,1	24,3	2,2
	Доп.гарнир	8/97-04	Помидоры свежие	30	10,4	4,2	0,18	0	0,87
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,53	1	0,2	0	0
	Кмолочн.		Йогурт молочный	125	39,2	78	2,8	2,5	11
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	100	17,78	46	0,4	0	11,3
				Итого		160	444	18,79	26,83
			Итого		0	0	0	0	0

Зам.директора по ОП ИП Иванова Е.А.

Н.В.Тарасова

Меню на 28 ноября 2023 г. (сахарный диабет, 2 смена)

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

Школа МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева

Отд./корп

28.11.2023



Утверждено
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова

Прим. пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Обед 238 руб.	Холодн.закус	1/60-04	Салат по-щекински	60	19,34	61,8	0,41	5,99	1,58	
	Первое бл	2/110-96	Борщ с капустой и картоф.	250	12,09	76,02	1,85	1,68	13,12	
	Первое бл	12/т8-96	Мясо отварное для 1 блюда	10	26,22	29,92	3,024	1,98	0	
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,3	10,25	0,14	1	0,018	
	2 блюдо	ТТК№74	Беф рубленый	80	92,32	216,24	15,58	16,27	1,9	
	2 блюдо	0039/528-96	Соус красный основной	30	1,09	14,1	0,25	0,62	1,99	
	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	150	11,19	207,72	7,01	4,78	37,56	
	Напиток	11а/705-04	Отвар из шиповника (без сахара)	200	10,4	50,6	0,8	0	12	
	Хлеб		Хлебцы злаковые (зречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2	
	Фрукты	14/т24-96	Груша	180	56,45	75,6	0,72	0	19,26	
			Итого							
			Итого							
		2 блюдо	0043/317-04	Запеканка пшенная с яблоком	250	238	770,25	29,894	32,35	92,628
		Сладкое бл	12а/638-04	Напиток из кураги (без сахара)	200	29,54	367	9,76	9,6	64,23
		Кмолочные		Йогурт Югорский	125	10,4	54,4	1,04	0	13,18
	Фрукты	14/т24-96	Мандарин	156	39,2	79,5	1,5	1,5	15	
					80,86	58,9	1,24	0	13,33	
			Итого							
			Итого		160	559,8	13,54	11,1	105,74	
			Итого							
			Итого		0	0	0	0	0	

Зам. директора по О.П. Н.В.Тарасова

Н.В.Тарасова



Меню на 29 ноября 2023г. (сахарный диабет, 2 смена)
 Директор МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева
 Е.А.Иванова



Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова

Школа	Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Отд./корп	Цена	29.11.2023			
							Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры
Обед	238 руб.	Холодн.закус	5/22-04	Салат из св.помид.с перцем	60	22,03	107,34	0,8	9,99	3,66
		Первое бл	1/120-96	Щи из св.капусты с картофелем	250	11,6	81,4	1,89	3,67	9,605
		Первое бл	12/т8-96	Мясо отварное для 1 блюда	10	26,22	29,92	3,024	1,98	0
		Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	10	4,6	20,5	0,28	2	0,36
		2 блюдо	0067/303-96	Горбуша припущенная	100	92,53	180,6	25,7	8,54	0,29
		Гарнир	ТТК-41	Картофель, запеченный с сыром	150	43,52	176,3	3,44	6,49	27,65
		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	Яблоко св.	150	29,37	69	0,6	0	16,95
		Итого					238	694,06	36,044	32,7
Полдник	160 руб.	2 блюдо	0052/297-96	Запеканка из творога (яйцо,манна)	150	103,41	385	25,89	19,36	31,4
		Первое бл	13/т.1-04	Сметана клп.	15	6,47	30,75	0,42	3	0,54
		Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,53	1	0,2	0	0
		Молоко		Молоко натуральное т/л	200	28	106	5,6	6,4	9,4
		Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	100	19,8	46	0,4	0	11,3
		Итого					159,21	568,75	32,51	28,76
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
 Цыбульникова Н.В. Овденко

Меню на 30 ноября 2023 г. (сахарный диабет, 2 смена)



Утверждено
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова

Отд./корп

30.11.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 238 руб.	Холодн.закус	ТТК №99	Салат Фруктовый	60	26,21	26,34	0,42	0	6,16
	Первое бл	8/138-96	Суп картофельный с горохом и гр	250/20	13,2	220,97	8,35	4,2	39,7
	Первое бл	12/т8-96	Мясо отварное для 1 блюда	10	26,22	29,92	3,024	1,98	0
	2 блюдо	006/479-97	Биточки по- белорусски	75	134,08	200,64	15,75	13,66	1,09
	2 блюдо	0039/528-96	Соус красный основной	30	1,09	14,1	0,25	0,62	1,99
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	21,04	154,3	3,26	4,69	26,3
	Сладкое бл	За/631-04	Компот из св яблок (без сахара)	200	12,38	41,4	0,09	0	10,8
	Хлеб		Хлебцы злаковые (зречневые)	5	3,78	14	0,055	0,015	2,6
				Итого					
Полдник 160 руб.			Итого						
	2 блюдо	ТТК №95а	Суфле из филе курицы	100	238	701,67	31,199	25,165	88,64
	Молоко		Молоко натуральное т/п	200	119,42	277,9	22,28	19,9	1,04
	Хлеб		Хлебцы злаковые (зречневые)	5	28	106	5,6	6,4	9,4
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	45	3,78	14	0,055	0,015	2,6
				Яблоко св.		8,8	23	0,2	0
			Итого						
			Итого		160	420,9	28,135	26,315	18,64
			Итого						
			Итого		0	0	0	0	0

Зам.директора по О.П.

Н.В. Овденко

Н.В.Тарасова



Согласовано
 Директор МБОУ
 01.12.2023 г. Н.Б. Овденко

Школа МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева
 Меню на 01 декабря 2023г (сахарный диабет, 2 смена)



Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А. Иванова

Прием пищи	Школа МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева	Раздел	№ рец.	Блюдо	Отд./корп		Цена	Капорийность	Белки	Жиры	Углеводы
					Выход, г	День					
Обед	Холодн.закус	9/24-04		Салат Половнынский	100	01.12.2023	29,26	123,2	1,48	9,99	7,032
	Первое бл	14/129-96		Рассольник Ленинградский(помид.)	250		20,19	124,5	2,58	4,3	19,4
	Первое бл	12/т8-96		Мясо отварное для 1 блюда	10		26,22	29,92	3,024	1,98	0
	Первое бл	13/т. 1-04		Сметана для 1 блюда	5		2,3	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	ТТК №60/а		Сарделька "Рябушка"припуц.	90		73,33	250,69	11,5	19,27	8,3
	Гарнир	12/216-04		Картофель тушеный	150		28,61	181,5	3,15	9,6	27,75
	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		Апельсин	140		49,96	53,2	1,26	0	11,76
					Итого						
Полдник	2 блюдо	0060/362-04		Пудинг из творога (без изюма)	135		238	802,26	23,444	46,17	79,46
	Кмолочные			Йогурт Югорский	125		86,05	334,75	22,14	15,7	26,9
	Напиток	7/628-96		Чай без сахара	200		39,2	79,5	1,5	1,5	15
	Хлеб			Хлебцы злаковые (гречневые)	5		1,53	1	0,2	0	0
	Фрукты	14/т24-96		Яблоко св.	150		3,3	14	0,055	0,015	2,6
				Итого			29,92	69	0,6	0	16,95
				Итого			160	498,25	24,495	17,215	61,45
				Итого			0	0	0	0	0

Зам. директора по ОП Н.В.Тарасова

Н.В.Тарасова