

Согласовано
 Меню на 27 ноября 2023 г. (безглютеновая диета, 1 смена)
 Директор МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева
 Б.И.К.В. Н.Б. Овденко



ИВАНОВА
 Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А. Иванова

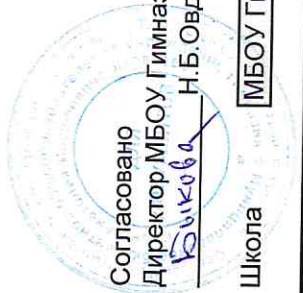
Школа МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева Отд./корп. 27.11.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|-----------------------------------|--------------|-------------|--------------------------------|----------|--------|--------------|--------|--------|----------|
| Завтрак 1 комплекс 160 руб. | 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 |
| | напиток | ТТК №70 | Какао "Чулка" (витамин.) | 200 | 39,21 | 119,2 | 5,46 | 6,17 | 10,8 |
| | Хлеб | | Хлебцы злаковые (зерчевые) | 10 | 6,6 | 28 | 0,11 | 0,03 | 5,2 |
| | Фрукты | 14/т24-96 | Яблоко св. | 100 | 19,3 | 46 | 0,4 | 0 | 11,3 |
| | | | Итого | | | 160 | 21,25 | 30,5 | 30,37 |
| Завтрак 2 комплекс 160 руб. | 2 блюдо | ТТК №79 | Поджарка из филе индейки | 75/25 | 112,49 | 310,24 | 22,97 | 22,35 | 4,58 |
| | Гарнир | 20/523-04 | Капуста отварная | 150 | 19,95 | 96 | 2,85 | 5,7 | 7,35 |
| | напиток | 7/628-96 | Чай с сахаром | 200 | 3,65 | 58 | 0,2 | 0 | 14,97 |
| | Хлеб | | Хлебцы злаковые (зерчевые) | 10 | 6,6 | 28 | 0,11 | 0,03 | 5,2 |
| | Фрукты | 14/т24-96 | Яблоко св. | 100 | 17,31 | 46 | 0,4 | 0 | 11,3 |
| | | | Итого | | | 160 | 26,53 | 28,08 | 43,4 |
| Обед 238 руб. | Холодн.закус | ТТК №92 | Салат Огородничий (с морковью) | 100 | 19,92 | 84 | 1,65 | 5,02 | 8,4 |
| | Первое бл | 11/135-96 | Суп картоф. с фрикадельками | 25/250 | 61,71 | 161,54 | 7,96 | 5,39 | 21,5 |
| | Первое бл | 12/т8-96 | Мясо отварное для 1 блюда | 10 | 26,22 | 29,92 | 3,024 | 1,98 | 0 |
| | 2 блюдо | ТТК №8 | Рыба(горбуша) запеч.со смет. | 60 | 66,05 | 148,42 | 15,85 | 9 | 0,835 |
| | 2 блюдо | 0051/593/04 | Соус томатный (томатная паст) | 25 | 2,92 | 17,28 | 0,25 | 1 | 1,67 |
| | Гарнир | 6/464-96 | Рис отварной | 150 | 15,27 | 219,37 | 3,87 | 5,25 | 41,8 |
| | напиток | ТТК №54 | Напиток грушевый с черной смор | 200 | 19,86 | 102,26 | 0,15 | 0 | 27,03 |
| | Хлеб | | Хлебцы злаковые (зерчевые) | 10 | 6,6 | 28 | 0,11 | 0,03 | 5,2 |
| | Фрукты | 14/т24-96 | Апельсин | 55 | 19,45 | 19 | 0,45 | 0 | 4,2 |
| | | | Итого | | | 238 | 809,79 | 33,314 | 27,67 |

Н.В.Тарасова

Зам.директора по ОП ИП Иванова Е.А.

(Handwritten signature)



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

Меню на 28 ноября 2023 г. (безглютеновая диета, 1 смена)



Утверждено
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А. Иванова

Школа МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева Отд./корп. 28.11.2023 День

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------------------------------|--------------|----------------------------|----------------------------------|----------|--------|--------------|--------|--------|----------|
| Завтрак 160 руб. | Холодн.закус | 7/97-04 | Сыр порц. | 20 | 23,78 | 72,2 | 5,36 | 5,46 | 0 |
| | 2 блюдо | ТТК №33 | Голубцы Любительские без соуса | 85 | 75,7 | 178,2 | 9,58 | 10,53 | 11,95 |
| | Гарнир | 1/472-96 | Пюре картофельное | 150 | 21,04 | 154,3 | 3,26 | 4,69 | 26,3 |
| | Напиток | 9/630-96 | Чай с молоком | 200 | 9,8 | 85,104 | 1,4 | 1,6 | 17,32 |
| | Хлеб | | Хлебцы злаковые (зерчевые) | 10 | 6,6 | 28 | 0,11 | 0,03 | 5,2 |
| | Фрукты | 14/т24-96 | Яблоко св. | 120 | 23,08 | 55,2 | 0,48 | 0 | 13,6 |
| Завтрак комплекс №2 160 руб. | | | Итого | | 160 | 573,004 | 20,19 | 22,31 | 74,37 |
| | Холодн.закус | 7/97-04 | Сыр порц. | 15 | 17,84 | 54,15 | 4,02 | 4,095 | 0 |
| | 2 блюдо | ТТК№74 | Биф рубленый (индейка) | 80 | 92,32 | 216,24 | 15,58 | 16,27 | 1,9 |
| | Гарнир | 7/487-96 | Рагу овощное | 150 | 23,1 | 137,54 | 2,8 | 6,4 | 16,78 |
| | напиток | 7/628-96 | Чай с сахаром | 200 | 3,65 | 58 | 0,2 | 0 | 14,97 |
| | Хлеб | | Хлебцы злаковые (зерчевые) | 10 | 6,6 | 28 | 0,11 | 0,03 | 5,2 |
| Обед 238 руб. | Фрукты | 14/т24-96 | Яблоко св. | 100 | 16,5 | 46 | 0,4 | 0 | 11,3 |
| | | | Итого | | 160,01 | 539,93 | 23,11 | 26,795 | 50,15 |
| | Холодн.закус | 1/60-04 | Салат по-щекински | 60 | 16,94 | 61,8 | 0,41 | 5,99 | 1,58 |
| | Первое бл | 13/110-96 | Борщ с капустой и картоф., помид | 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 | 001/375-96 | Бефстроганов (без муки) | 50/50 | 143,08 | 281,2 | 16,4 | 21,4 | 6,076 | |
| Гарнир | 5/463-96 | Гречка отварная | 150 | 11,19 | 207,72 | 7,01 | 4,78 | 37,56 | |
| Напиток | ТТК №103 | Напиток витамин. "Витошка" | 200 | 17,6 | 78 | 0 | 0 | 19,4 | |
| Хлеб | | Хлебцы злаковые (зерчевые) | 15 | 8,58 | 42 | 0,16 | 0,004 | 7,8 | |
| | | | Итого | | 238 | 786,91 | 28,994 | 36,834 | 85,554 |

Зам.директора по О.П. Н.В. Тарасова

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

Меню на 29 ноября 2023г. (безглютеновая диета, 1 смена)

Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Иванова
Е.А. Иванова

| Школа | МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева | | | | Отд./корп | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | День | 29.11.2023 |
|-----------------------------------|---------------------------------|-------------|--------|-------------------------------------|-----------|-------|--------------|--------|--------|------|------------|
| | Прием пищи | Раздел | № рещ. | Блюдо | | | | | | | |
| Завтрак 1 комплекс 160 руб. | 2 блюдо | ТТК №85 | | Пудинг из творога с рисом | 150 | 91,85 | 344,6 | 22,34 | 15,78 | | Углеводы |
| | 2 блюдо | | | Молоко сушенное с сахаром | 15 | 7,63 | 47,25 | 1,13 | 1,27 | | 8,4 |
| | Напиток | ТТК №10 | | Напиток кофейный на сг.молоке | 200 | 12,91 | 71,35 | 1,38 | 1,64 | | 13,64 |
| | Хлеб | | | Хлебцы злаковые (гречневые) | 10 | 6,6 | 28 | 0,11 | 0,03 | | 5,2 |
| | Фрукты | 14/т24-96 | | Апельсин | 115 | 41,01 | 43,7 | 1,03 | 0 | | 9,66 |
| | | | | | | | | | | | |
| Завтрак 2 комплекс 160 руб. | Холодн.закус | 22/97-04 | | Итого | | 160 | 534,9 | 25,99 | 18,72 | | 65,8 |
| | 2 блюдо | ТТК №78 | | Перец сладкий болгарский | 30 | 18,4 | 6,9 | 0,39 | 0 | | 1,41 |
| | Гарнир | 11/470-96 | | Котлета натурал. рубленая (гов.) | 50 | 97,64 | 151,76 | 11,8 | 11,4 | | 0,7 |
| | Напиток | 7/628-96 | | Картофель отварной | 100 | 13,6 | 106,14 | 2,046 | 2,64 | | 19,73 |
| | Хлеб | | | Чай с сахаром | 200 | 3,65 | 58 | 0,2 | 0 | | 14,97 |
| Обед 238 руб. | Фрукты | 14/т24-96 | | Хлебцы злаковые (гречневые) | 10 | 6,6 | 28 | 0,11 | 0,03 | | 5,2 |
| | | | | Яблоко св. | 105 | 20,11 | 48,3 | 0,42 | 0 | | 11,87 |
| | | | | Итого | | 160 | 399,1 | 14,966 | 14,07 | | 53,88 |
| | Холодн.закус | 5а/22-04 | | Салат из св.помид.с перцем* | 60 | 22,03 | 64,4 | 0,48 | 5,99 | | 2,2 |
| | 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 | 5 | 2,3 | 10,25 | 0,14 | 1 | | 0,018 |
| | 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 |
| | Сладкое бл | 5/646-96 | | Компот из апельсинов | 200 | 31,24 | 131,2 | 0,45 | 0 | | 34,14 |
| | Хлеб | | | Хлебцы злаковые (гречневые) | 15 | 8,56 | 42 | 0,16 | 0,004 | | 7,8 |
| | | | | Итого | | 238 | 716,07 | 35,284 | 27,674 | | 81,703 |
| | | | | Зам.директора по ОП ИП Иванова Е.А. | | | | | | | |

Иванова
Н.В. Тарасова

Согласовано

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

Школа

МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева

Отд./корп

Меню на 30 ноября 2023 г. (безглютеновая диета, 1 смена)

Утверждено
Индивидуальный предприниматель
Е.А.Иванова

30.11.2023
День

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------------------------------|--------------|-------------|----------------------------------|----------|--------|--------------|--------|--------|----------|
| Завтрак 160 руб. | Холодн.закус | 7/97-04 | Сыр порц | 15 | 17,84 | 54,15 | 4,02 | 4,095 | 0 |
| | 2 блюдо | 0064/487-04 | Птица отварная (филе) | 75 | 86,85 | 255,34 | 20,25 | 12,15 | 16,89 |
| | Гарнир | 6/464-96 | Рис отварной | 150 | 15,27 | 219,37 | 3,87 | 5,25 | 41,8 |
| | Дол.гарнир | 22/97-04 | Перец сладкий болгарский | 20 | 12,42 | 4,6 | 0,26 | 0 | 0,94 |
| | Напиток | 7/628-96 | Чай с сахаром | 200 | 3,65 | 58 | 0,2 | 0 | 14,97 |
| | Хлеб | | Хлебцы злаковые (гречневые) | 5 | 3,3 | 14 | 0,055 | 0,015 | 2,6 |
| | Фрукты | 14/т24-96 | Яблоко св. | 105 | 20,67 | 48,3 | 0,42 | 0 | 11,87 |
| | Итого | | | | 160 | 653,76 | 29,075 | 21,51 | 89,07 |
| | Холодн.закус | 8/97-04 | Огурец свежий | 30 | 8,26 | 3 | 0,21 | 0 | 0,34 |
| Завтрак комплекс №2 160 руб. | 2 блюдо | 007/411-96 | Бифштекс н/р | 53 | 106,98 | 177,2 | 12,72 | 14,04 | 0,045 |
| | Гарнир | 5/463-96 | Гречка отварная | 150 | 11,19 | 265,5 | 8,8 | 6,14 | 47,24 |
| | Напиток | 11/705-04 | Напиток из шиповника | 200 | 12,52 | 106,7 | 0,8 | 0 | 26,97 |
| | Хлеб | | Хлебцы злаковые (гречневые) | 5 | 3,3 | 14 | 0,055 | 0,015 | 2,6 |
| | Фрукты | 14/т24-96 | Яблоко св. | 100 | 17,75 | 46 | 0,4 | 0 | 11,3 |
| | Итого | | | | 160 | 612,4 | 22,985 | 20,195 | 88,495 |
| | Холодн.закус | ТТК №99 | Салат Фруктовый | 100 | 40,78 | 43,9 | 0,7 | 0 | 10,27 |
| | Первое бл | 8/138-96 | Суп картоф. с горохом (без греч) | 250 | 13,24 | 220,97 | 8,35 | 4,2 | 39,7 |
| | Первое бл | 20/т17-96 | Филе птицы отварное для 1 блюд | 10 | 12,34 | 18,3 | 1,76 | 1,23 | 0,04 |
| Обед 238 руб. | 2 блюдо | 006/479-97 | Биточки по- белорусски | 75 | 134,08 | 200,64 | 15,75 | 13,66 | 1,09 |
| | Гарнир | 1/472-96 | Пюре картофельное | 150 | 21,04 | 154,3 | 3,26 | 4,69 | 26,3 |
| | Сладкое бл | 3/631-04 | Компот из св яблок | 200 | 12,38 | 126,56 | 0,08 | 0 | 33,55 |
| | Хлеб | | Хлебцы злаковые (гречневые) | 10 | 4,14 | 28 | 0,11 | 0,03 | 5,2 |
| | Итого | | | | 238 | 792,67 | 30,01 | 23,81 | 116,15 |

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова

Согласовано

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

Меню на 01 декабря 2023г (безглютеновая диета, 1 смена)

Утверждаю

Индивидуальный предприниматель
Е.А.Иванова

| Школа | МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева | | | | | Отд./корп | | День | | | 01.12.2023 | |
|-------------------------|--------------------------------|-------------|--------|---------------------------------|----------|-----------|--------------|--------|-------|----------|------------|--|
| | Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | Холодн.закус | 7/97-04 | | Сыр порц | 15 | 17,84 | 54,15 | 4,02 | 4,095 | 0 | | |
| | 2 блюдо | 0036/444-04 | | Плов по- узбекски | 30/150 | 99,46 | 409,4 | 13,77 | 21,58 | 42,68 | | |
| | Доп.гарнир | 8/97-04 | | Огурец консервированный | 20 | 9,26 | 3,8 | 0,56 | 0 | 0,26 | | |
| | Напиток | 7/628-96 | | Чай с сахаром | 200 | 3,65 | 58 | 0,2 | 0 | 14,97 | | |
| | Хлеб | | | Хлебцы злаковые (гречневые) | 5 | 3,05 | 14 | 0,055 | 0,015 | 2,6 | | |
| Завтрак | Сок | | | Сок фруктовый | 200 | 26,74 | 94 | 1 | 0 | 23,4 | | |
| | Итого | | | Итого | | 160 | 633,35 | 19,605 | 25,69 | 83,91 | | |
| | Холодн.закус | 7/97-04 | | Сыр порц | 15 | 17,84 | 54,15 | 4,02 | 4,095 | 0 | | |
| | 2 блюдо | ТТК №95а | | Суфле из филе курицы | 100 | 119,16 | 277,9 | 22,28 | 19,9 | 1,04 | | |
| | Гарнир | 20/523-04 | | Капуста отварная | 150 | 16,3 | 78,9 | 2,9 | 3,8 | 8,6 | | |
| комплекс №2 160 руб. | Напиток | 7/628-96 | | Чай с сахаром | 200 | 3,65 | 58 | 0,2 | 0 | 14,97 | | |
| | Хлеб | | | Хлебцы злаковые (гречневые) | 5 | 3,05 | 14 | 0,055 | 0,015 | 2,6 | | |
| | Итого | | | Итого | | 160 | 482,95 | 29,455 | 27,81 | 27,21 | | |
| | Холодн.закус | 9/24-04 | | Салат Полоньинский | 100 | 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 | | |
| Обед 238 руб. | 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"припуш. | 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 | ТТК №105 | | Напиток плодово-ягодный | 200 | 13,2 | 76,86 | 0,13 | 0 | 20,23 | | |
| | Хлеб | | | Хлебцы злаковые (гречневые) | 10 | 6,6 | 28 | 0,11 | 0,03 | 5,2 | | |
| | Фрукты | 14/т24-96 | | Апельсин | 110 | 38,29 | 41,8 | 0,99 | 0 | 9,24 | | |
| Итого | | | Итого | | 238 | 866,72 | 23,104 | 46,17 | 97,17 | | | |

Зам. директора по ОП

Н.В.Тарасова

Согласовано

Директор МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева

Н.Б. Овденко

Школа

Меню на 02 декабря 2023 г. (безглютеновая диета)

МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева

Отд./корп

ИРА НОВА
Утверждаю
Индивидуальный предприниматель

Е.А. Иванова

День

02.11.2023

| Прим. пицци | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------------------------|--------------|-------------|--------------------------------|----------|--------|--------------|--------|--------|----------|
| Завтрак комплекс №1 160 руб. | Холодн.закус | 17/27-96 | Салат Витаминный (ябл. и морк) | 100 | 13,91 | 98,03 | 1,1 | 5,02 | 12,73 |
| | 2 блюдо | ТТК №79а | Поджарка из филе индейки | 50/15 | 75,22 | 210,35 | 15,4 | 15,3 | 3,03 |
| | Гарнир | 1/472-96 | Пюре картофельное | 150 | 21,04 | 154,3 | 3,26 | 4,69 | 26,3 |
| | Доп. гарнир | 8/97-04 | Горошек зеленый конс | 40 | 11,99 | 16,4 | 1,24 | 0,08 | 2,84 |
| | Сладкое бл | 5/646-96 | Компот из апельсинов | 200 | 31,24 | 131,2 | 0,45 | 0 | 34,14 |
| | Хлеб | | Хлебцы злаковые (речневые) | 10 | 6,6 | 28 | 0,11 | 0,03 | 5,2 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | Итого | | 160 | 638,28 | 21,56 | 25,12 |
| Обед 238 руб | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | Итого | | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Обед 238 руб | Холодн.закус | 4/20-04 | Салат из св.помидор и огурцов* | 100 | 28,39 | 103,94 | 0,7 | 9,99 | 2,86 |
| | 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 | 0061/357-96 | Мясо (говядина)отварное | 50 | 132,16 | 148,6 | 15,1 | 9,9 | 0 |
| | Гарнир | 5/463-96 | Гречка отварная | 180 | 13,38 | 265,5 | 8,8 | 6,14 | 47,24 |
| | Напиток | ТТК №37 | Напиток из смородины | 200 | 17 | 99,76 | 0,25 | 0 | 25,95 |
| | Хлеб | | Хлебцы злаковые (речневые) | 10 | 6,6 | 28 | 0,11 | 0,03 | 5,2 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | Итого | | 238 | 781,47 | 29,974 | 33,31 |

Зам.директора по О.П.

Н.В. Тарасова

Н.В.Тарасова