

100



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

Меню на 10 января 2024г. (сахарный диабет, 2 смена)



Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
ИВАНОВА
Е.А. Иванова

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Отд./корп	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	День
											10.01.2024
Обед	Холодн. закуск	5/22-04	Салат из св. помид. с перцем	60	22,77	107,34	0,8	9,99	3,66	10.01.2024	
	Первое бл	12/120-96	Щи из св. капусты с карт. помидор	250	21,07	81,4	1,89	3,67	9,605		
	Первое бл	13/м.1-04	Сметана для 1 блюда	10	27,74	29,92	3,024	1,98	0		
	2 блюдо	0067/303-96	Горбуша припущенная	100	4,6	20,5	0,28	2	0,36		
	Гарнир	ТТК-41	Картофель, запеченный с сыром	150	97,75	180,6	25,7	8,54	0,29		
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	43,54	176,3	3,44	6,49	27,65		
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	1,53	1	0,2	0	0		
	Фрукты	14/м24-96	Яблоко св.	10	7	28	0,11	0,03	5,2		
	Итого			125	22	57,5	0,5	0	14,13		
	Полдник	2 блюдо	0052/297-96	Запеканка из творога (яйцо, манна)	150	248	682,56	35,944	32,7		60,895
Первое бл		13/м.1-04	Сметана клп.	15	104,25	385	25,89	19,36	31,4		
Сладкое бл		За631-04	Компот из св яблок (без сахара)	200	6,22	30,75	0,42	3	0,54		
Фрукты		14/м24-96	Груша	160	7,53	41,4	0,09	0	10,8		
Итого			166	48	67,2	0,64	0	17,12			
Итого			166		524,35	27,04	22,36	59,86			
Итого			0		0	0	0	0			

Зам. директора по ОП ИГТ Иванова Е.А.

Н.В. Тарасова



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

Меню на 11 января 2024г. (сахарный диабет, 2 смена)

Школа МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева

Отд./корп



Утверждено
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А. Иванова
 День 11.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 248 руб.	Холодн. закуск	9/24-04	Салат Полоньский	100	31,52	123,2	1,48	9,99	7,032
	Первое бл	8/138-96	Суп картофельный с горохом и гр	250/20	13,08	220,97	8,35	4,2	39,7
	Первое бл	12/м8-96	Мясо отварное для 1 блюда	10	27,74	29,92	3,024	1,98	0
	2 блюдо	006/479-97	Биточки по-белорусски	75	140,28	200,64	15,75	13,66	1,09
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	21,69	154,3	3,26	4,69	26,3
	Сладкое бл	12а/638-04	Напиток из кураги (без сахара)	200	10,39	54,4	1,04	0	13,18
	Хлеб		Хлебыц ылаковы (гречневые)	5	3,3	14	0,055	0,015	2,6
		Итого			248	797,43	32,959	34,535	89,902
Подник 166 руб.	2 блюдо	ТТК №95а	Суфле из филе индейки	100	148,59	292,4	26,4	19,64	1,46
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,53	1	0,2	0	0
	Фрукты	14/м24-96	Яблоко св.	100	15,88	46	0,4	0	11,3
		Итого			166	339,4	27	19,64	12,76
		Итого			0	0	0	0	0

Зам. директора по О.П.

Н.В. Тарасова



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

Меню на 12 января 2024г (сахарный диабет, 2 смена)



УТВЕРЖДАЮ
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А. Иванова

Школа	МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева		Блюдо	Отд./корп	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Прием пищи	Разделг	№ рел.		Выход, г					12.01.2024
Обед	Холодн. закуск	20/49-04	Салат из моркови	100	10,29	50,4	1,25	0,096	11,71
	Первое бл	14/129-96	Рассольник Лениградский(томид.	250	19,99	124,5	2,58	4,3	19,4
	Первое бл	12/т8-96	Мясο отварное для 1 блюда	10	27,74	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"трилуц.	90	76,2	250,69	11,5	19,27	8,3
	Гарнир	12/216-04	Картофель тушеный	150	28,65	181,5	3,15	9,6	27,75
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,53	1	0,2	0	0
	Хлеб		Хлебыцы злаковые (гречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2
	Фрукты	14/т24-96	Апельсин	265	74,7	98,8	2,34	0	21,8
			Итого			248	775,06	24,294	36,276
Полдник	2 блюдо	0060/362-04	Пудинг из творога (без изюма)	135	87,62	334,75	22,14	15,7	26,9
	Кисломлчн.		Напиток молочный "Снежок"	200	36,4	156	5,6	5	22
	Напиток	11а/705-04	Отвар из шиповника (без сахара)	200	10,4	50,6	0,8	0	12
	Хлеб		Хлебыцы злаковые (гречневые)	5	3,3	14	0,055	0,015	2,6
166руб.	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	160	28,28	73,6	0,64	0	18,08
		Итого			166	628,95	29,235	20,715	81,58
		Итого			0	0	0	0	0

Зам. директора по ОП



Н.В. Тарасова