

Меню на 15 января 2024 г. (сахарный диабет, 2 смена)

Согласовано Директор МБОУ Гимназия им. А. И. Яковлева

Н.Б. Овденко

Утверждаю Индивидуальный предприниматель Е.А. Иванова

МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева

Отд./корп

15.01.2024

Школа

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 248 руб.	Холодн.закус	20/49-04	Салат из моркови	100	10,29	50,4	1,25	0,096	11,71
	Первое бл	1/120-96	Щи из св.капусты с карт.,помидор	250	21,07	81,4	1,89	3,67	9,605
	Первое бл	12/т8-96	Мясо 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	002/437-04	Гуляш из говядины	40/50	112,1	160,75	12,59	10,76	3,59
	Гарнир	20/523-04	Капуста отварная	150	19,96	78,9	2,9	3,8	8,6
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,53	1	0,2	0	0
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	6,68	28	0,11	0,03	5,2
	Фрукты	14/т24-96	Груша	155	46,33	65,1	0,6	0	16,59
			Итого		248	505,72	22,704	21,336	55,313
Полдник 166 руб	2 блюдо	0030/297-96	Запеканка из творога*(яйцо,манка	150	104,25	385	25,89	19,36	31,4
	Первое бл	13/т. 1-04	Сметана для 1 блюда	15	6,9	30,75	0,42	3	0,54
	К/молочные		Йогурт Югорский	125	39,2	79,5	1,5	1,5	15
	Напиток	11а/705-04	Отвар из шиповника (без сахара)	200	10,4	50,6	0,8	0	12
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	5,25	28	0,11	0,03	5,2
			Итого		166	573,85	28,72	23,89	64,14
		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

Отд./корп

День 16.01.2024



Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А.Иванова

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	Холодн.закус	1/60-04	Салат по-цекински	60	21,63	61,8	0,41	5,99	1,58
	Первое бл	14/129-96	Рассольник Ленинградский(помид.)	250	19,99	124,5	2,58	4,3	19,4
	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	139,08	148,6	15,1	9,9	0
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная пасс.	25	2,92	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	6/464-96	Рис отварной	150	15,29	219,37	3,87	5,25	41,8
	Сладкое бл	12а/638-04	Напиток из кураги (без сахара)	200	10,4	54,4	1,04	0	13,18
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	5	3,3	14	0,055	0,015	2,6
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	190	33,09	87,4	0,76	0	21,47
Полдник			Итого		248	737,6	24,205	27,455	101,718
			Суфле из моркови	120	52,34	201,4	8,78	13,34	11,91
			Напиток молочный "Снежок"	200	36,4	156	5,6	5	22
			Апельсин	275	77,26	95	2,25	0	21
166 руб			Итого		166	452,4	16,63	18,34	54,91
			Итого		0	0	0	0	0

Зам.директора по О.П. Н.В.Тарасова



Согласовано
 Меню на 17 января 2024 г (сахарный диабет, 2 смена)

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



Кухня-кафе
 Предприниматель
 Е.А.Иванова

Школа	МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева				Отд./корп	День				17.01.2024
	Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо		Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	
Обед комплекс №2	Холодн.закус	ТТК №80		Салат Огородничий-1	100	30,03	109,2	1,98	7,49	8,84
	Первое бл	5/111-04		Борщ Сибирский без фрикадел.	250	16,21	100,75	3,8	1,84	16,93
	Первое бл	12/т8-96		Мясо 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	0018а/416-96		Котлета рубленая	75	101,82	205,53	12,99	11,05	14,34
	2 блюдо	0051/593/04		Соус томатный (томатная паст	25	2,92	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	11/470-96		Картофель отварной	100	13,61	106,14	2,046	2,64	19,73
	Гарнир	9/482-96		Капуста тушеная	50	7,21	41,3	1,17	1,76	5,27
	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
248 руб.	Фрукты	14/т24-96		Яблоко св.	220	38,03	71,3	0,62	0	17,5
				Итого		248	720,67	26,33	28,79	89,498
				Омлет смешанный с сосисками	135	99,71	286,8	15,1	24,3	2,2
				Компот из св яблок (без сахара)	200	8,39	41,4	0,09	0	10,8
				Хлебцы злаковые (гречневые)	5	3,3	14	0,055	0,015	2,6
				Апельсин	195	54,6	74,1	1,76	0	16,38
				Итого		166	416,3	17,005	24,315	31,98
				Итого		0	0	0	0	0
				Итого		0	0	0	0	0

Зам. директора по ОП
 Н.В.Тарасова

Меню на 18 января 2024 г. (сахарный диабет, 2 смена)

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

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

18.01.2024



Иванова
 Е.А. Иванова
 18.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед комплекс №2 248 руб.	Холодн.закус	ТТК №88	Салат свекольный с оеурц. (конс.)	60	13,39	36,05	1,24	1,5	4,5
	Первое бл	7/132-96	Суп из овощей	250	12,02	95,5	1,85	4,27	12,2
	Первое бл	12/т8-96	Мясо 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	003/394-96	Жаркое по-домашнему	50/125	149,79	284,33	17,35	14,89	21,46
	Доп.гарнир	8/97-04	Кукуруза консервированная	40	21,51	16,4	1,24	0,08	2,84
	Сладкое бл	3а/631-04	Компот из св груш (без сахара)	200	13,72	18,9	0,18	0	4,8
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	7,53	28	0,11	0,03	5,2
				Итого		248	519,35	25,134	23,75
Полдник 166 руб.	2 блюдо	0060/362-04	Пудинг из творога (без изюма)	135	87,62	334,75	22,14	15,7	26,9
	Напиток	7/628-96	Йогурт молочный "Югорский"	125	39,2	78	2,8	2,5	11
	Фрукты	14/т24-96	Чай без сахара	200	1,53	1	0,2	0	0
			Яблоко св.	215	37,65	101,2	0,88	0	24,86
			Итого		166	514,95	26,02	18,2	62,76
		Итого		0	0	0	0	0	

Зам. директора по ОП Н.В.Тарасова



Меню на 19 января 2024г (сахарный диабет, 2 смена)



Утверждено
Индивидуальный предприниматель
Иванова Е.А.

Школа № 1 Прием-пищи	МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева				Отд./корп	День				19.01.2024
	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г		Цена	Калорийность	Белки	Жиры	
Обед комплекс №1	Холодн.закус	5/22-04	Салат из св.помид.с перцем	100	38,8	107,34	0,8	9,99	3,66	
	Первое бл	9/38-04	Суп картофельный с клецками	250/30	12,81	113,78	2,63	3,53	18,97	
	Первое бл	12/т8-96	Мясо отварное для 1 блюда	10	27,74	29,92	3,024	1,98	0	
	2 блюдо	ТТК №101	Филе индейки, запеченное под соусом	60/40	107,17	239,7	18,35	16,1	2,5	
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	180	26,03	185,04	3,92	5,6	31,64	
	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	
Полдник 166 руб.	Фрукты		Апельсин	110	30,62	41,8	0,99	0	9,24	
			Итого		248	732,58	29,969	37,215	68,61	
	2 блюдо	0020/413-04	Сосиски отварные	60	54,63	166,2	7,38	15,18	0	
	Доп.гарнир	8/97-04	Помидоры свежие	20	6,94	2,8	0,12	0	0,58	
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,53	1	0,2	0	0	
	К/молочные		Йогурт Югорский	125	39,2	79,5	1,5	1,5	15	
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	5	3,3	14	0,055	0,015	2,6	
Итого	Фрукты	14/т24-96	Мандарин	175	60,4	64,6	1,36	0	14,62	
						166	328,1	10,615	16,695	32,8
			Итого		0	0	0	0	0	

Зам. директора по ОП
Н.В.Тарасова





Согласовано
 Меню на 15 января 2024 г. (для фуршетного стола 11 класс)
 Директор МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева
 Н.Б. Овденко



Утверждено
 Уд. директор
 Е.А. Иванова

Школа _____ Отд./корп _____ 15.01.2024

Прим пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Холодн.закус	20/49-04	Салат из моркови	100	10,29	50,4	1,25	0,096	11,71
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	100	17,6	46	0,4	0	11,3
	Первое бл	1/120-96	Щи из св.капусты с карт., помидор	250	21,07	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
	2 блюдо	002/437-04	Гуляш из говядины	40/50	112,1	160,75	12,59	10,76	3,59
	2 блюдо	0066/286-96	Омлет смешанный с сосисками	135	99,71	286,8	15,1	24,3	2,2
	Холодн.закус	8/97-04	Помидоры свежие	40	13,87	5,6	0,24	0	1,16
	Гарнир	4/469-96	Макаронные изделия отварные	150	8,56	244,82	6,44	5,1	46,08
	Сладкое бл	5/646-96	Компот из апельсинов	200	25,29	131,2	0,45	0	34,14
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,6	58	0,2	0	14,97
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с	20	1,61	58,25	1,9	0,15	13,08
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
	Мучные изд.	ТТК №14	Булочка Ромашка	50	8,39	176,5	4	4,8	31,18
Мучные изд.	ТТК №21	Плюшка с сахаром	50	7,91	177,09	4,18	5,25	30,18	
			Итого		0	0	0	0	0
			Итого		0	0	0	0	0

Зам.директора по ОП ИП Иванова Е.А. *[Signature]* Н.В.Тарасова



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

Меню на 16 января 2024 г (для фуршетного стола 11 класс)

Отд./корп

16.01.2024



Утверждено
 Индивидуальный предприниматель
 А.И.Иванова

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
166 руб	Холодн. закус	1/60-04	Салат по-цехински	60	21,63	61,8	0,41	5,99	1,58
	Фрукты	14/т24-96	Апельсин	80	22,56	30,4	0,72	0	6,72
	Первое бл	14/129-96	Рассольник Ленинградский(помид.	250	19,99	124,5	2,58	4,3	19,4
	2 блюдо	13/т. 1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,3	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	ТТК №49	Оладьи из печени (яйцо)	75	73,62	239,6	20,01	16,99	1,67
	2 блюдо	0019/458-04	Рулет с луком и яйцом	70	81,77	154	10,2	8,97	8,58
	Гарнир	0051/593/04	Соус томатный (томатная паст	25	2,92	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	21,69	185,04	3,92	5,6	31,64
	Сладкое бл	6/464-96	Рис отварной	150	15,29	219,37	3,87	5,25	41,8
	напиток	4/639-04	Компот из сухофруктов	200	7,83	129,4	1,04	0	33,56
	напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,6	58	0,2	0	14,97
	Хлеб белый	7/628-96	Чай с сахаром (пакетированный)	200	8	58	0,2	0	14,97
	Хлеб рж/пш	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	25	2,01	58,25	1,9	0,15	13,075
Мучные изд.	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	15	1,04	32,25	1,02	0,18	6,96	
Мучные изд.	ТТК №13	Булочка Оригинальная	50	8,35	176,3	3,99	4,84	31,18	
Мучные изд.	ТТК №77	Булочка Новинка	50	9,9	183,3	4,37	5,7	30,6	
			Итого						
			Итого		0	0	0	0	0
			Итого		0	0	0	0	0

Зам. директора по О.П.

(Signature)

Н.В.Тарасова



Согласовано
 Директор МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева
 Школа № 11 Б.Овденко

Меню на 18 января 2024 г. (для фуршетного стола 11 класс)



Утверждено
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова
 День 18.01.2024

Отд./корп

Прием: пицци	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
166 руб.	Холодн.закус	ТТК 88а	Салат свекольный с огурц. (свеж.)	60	13,39	36,05	1,24	1,5	4,5
	Холодн.закус	20/49-04	Салат из моркови	100	10,29	50,4	1,25	0,096	11,71
	Первое бл	7/132-96	Суп из овощей	250	12,02	95,5	1,85	4,27	12,2
	Первое бл	13/т. 1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,3	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	0048/394-96	Жаркое по-домашнему	40/125	122,63	252,2	14,2	14,92	20,92
	2 блюдо	0052/297-96	Запеканка из творога (яйцо, манна)	150	104,25	385	25,89	19,36	31,4
	2 блюдо		Молоко сушценное с сахаром	20	10,17	63	1,44	1,7	11,2
	Доп.гарнир	14/т24-96	Апельсин	50	18	19	0,45	0	4,2
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,6	58	0,2	0	14,97
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром (пакетированный)	200	8	58	0,2	0	14,97
	Напиток	ТТК №103	Напиток витамин. "Витошка"	200	17,6	78	0	0	19,4
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	20	1,61	46,6	1,52	0,12	10,46
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
Мучные изд.	1/773-04	Булочка Веснушка	50	5,42	157,4	4,29	4,9	25,71	
Мучные изд.	ТТК №21	Плюшка с сахаром	50	7,91	177,09	4,18	5,25	30,18	
			Итого						
			Итого		0	0	0	0	0
			Итого		0	0	0	0	0

Зам.директора по ОП Н.В.Тарасова

