

Меню на 29 января 2024 г. (безглютенная диета, 1 смена)

Согласовано
 Директор МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева

Н.В.Тарасова
 Н.В. Овденко

Школа

МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева

Отд./корп

День

29.01.2024



Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 166 руб	Холодн.закус	7/97-04	Сыр порц	20	23,78	72,2	5,36	5,46	0
	2 блюдо	0020/413-04	Колбаса отварная	30	24,3	75,6	3,51	6,84	0
	2 блюдо	ТТК №25	Каша молочная Дружба	200/10	27,17	229,15	5,36	10,92	29,1
	Напиток	ТТК №90	Какао "Чужка"	200	44,3	119,2	5,46	6,17	10,8
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2
Завтрак 2 комплекс 166 руб	Фрукты	14/т24-96	Апельсин	129	39,85	49,4	1,17	0	10,92
			Итого		166	573,55	20,97	29,42	56,02
	Холодн.закус	7/97-04	Сыр порц	20	23,78	72,2	5,36	5,46	0
	2 блюдо	0062/463-04	Тертелли из говядины с рисом (паста)	75/30	101,37	156,87	11,53	9,29	7,25
	Гарнир	20/523-04	Капуста отварная	150	19,96	78,9	2,9	3,8	8,6
Обед 248 руб.	Доп. гарнир	8/97-04	Помидоры свежие	15	6,08	2,1	0,09	0	0,44
	Напиток	ТТК №10	Напиток кофейный на сг.молоке	200	12,9	71,35	1,38	1,64	13,64
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	5	1,91	14	0,055	0,015	2,6
			Итого		166	395,42	21,315	20,205	32,53
	Холодн.закус	20/49-04	Салат из моркови	100	10,29	50,4	1,25	0,096	11,71
	Первое бл	12/120-96	Щи из св.капусты с карт., помидор	250	27,74	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	5/463-96	Гречка отварная	150	11,2	207,72	7,01	4,78	37,56
	Напиток	5/646-96	Напиток апельсиновый	200	10,13	98,12	0,198	0	25,8
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2
	Фрукты	14/т24-96	Груша	105	39,9	44,1	0,42	0	11,23
			Итого		248	710,66	26,632	22,316	104,713

Зам. директора по ОП ИГ Иванова Е.А.

Н.В.Тарасова

Н.В.Тарасова



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

Меню на 30 января 2024 г (безглютеновая диета, 1 смена)

Школа МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева

Отд./корп



Иванова
 Предприниматель
 30.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак Комплекс №1 166 руб	2 блюдо	ТТК №49	Оладьи из печени (яйцо) без муки	75	73,62	239,6	20,01	16,99	1,67
	Гарнир	1/4/12-96	Пюре картофельное	150	21,69	154,3	3,26	4,69	26,3
	Холодн.закус	22/97-04	Перец сладкий болгарский	40	26,5	9,2	0,52	0	1,88
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,6	58	0,2	0	14,97
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	5	3,3	14	0,055	0,015	2,6
	Фрукты	14/м24-96	Апельсин	120	37,29	45,6	1,08	0	10,08
			Итого		166	520,7	25,125	21,695	57,5
Завтрак Комплекс №2 166 руб	2 блюдо	0061/357-96	Мясо (говядина)отварное	50	139,08	148,6	15,1	9,9	0
	Гарнир	6/464-96	Рис отварной	150	14,53	219,37	3,87	5,25	41,8
	Доп.гарнир	8/97-04	Горошек зеленый конс	15	5,49	6,15	0,47	0,03	1,065
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,6	58	0,2	0	14,97
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	5	3,3	14	0,055	0,015	2,6
			Итого		166	446,12	19,695	15,195	60,435
Обед 248руб.	Холодн.закус	1/60-04	Салат по-цеклински	60	28,99	61,8	0,41	5,99	1,58
	Первое бл	14/129-96	Рассольник Ленинградский(томид.	250	22,68	124,5	2,58	4,3	19,4
	Первое бл	13/м.1-04	Сметана для 1 блюда	10	4,6	20,5	0,28	2	0,36
	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 паст	25	2,92	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	6/464-96	Рис отварной	150	14,53	219,37	3,87	5,25	41,8
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,6	58	0,2	0	14,97
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2
	Фрукты	14/м24-96	Яблоко се.	115	25	52,9	0,46	0	13
				Итого		248	730,95	23,26	28,47

Зам. директора по О.П.

(Signature)

Н.В.Тарасова

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

Меню на 31 января 2024 г. (безглютенная диета, 1 смена)

ИВАНОВА
 ВЕРЕНИА
 УТВЕРЖДАЮ
 Индивидуальный предприниматель
 ИВАНОВА
 Е.А.
 31.01.2024

Школа	МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева	Отд./корп	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Отд./корп <td>Выход, г <td>Цена <td>Калорийность <td>Белки <td>Жиры <td>Углеводы </td></td></td></td></td></td>	Выход, г <td>Цена <td>Калорийность <td>Белки <td>Жиры <td>Углеводы </td></td></td></td></td>	Цена <td>Калорийность <td>Белки <td>Жиры <td>Углеводы </td></td></td></td>	Калорийность <td>Белки <td>Жиры <td>Углеводы </td></td></td>	Белки <td>Жиры <td>Углеводы </td></td>	Жиры <td>Углеводы </td>	Углеводы
Завтрак комплекс №1 166 руб.	Холодная закуска	7/97-04	Сыр порц	15	17,84	54,15	4,02	4,095	0	
	2 блюдо	ТТК №68	Поджарка из филе птицы	80	101,07	278,05	13,3	24,9	0	
	Гарнир	11/470-96	Картофель отварной	100	13,61	106,14	2,046	2,64	19,73	
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,6	58	0,2	0	14,97	
	Хлеб		Хлебцы злаковые (зречневые)	5	3,3	14	0,055	0,015	2,6	
Завтрак комплекс №2 166 руб.	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	120	26,58	55,2	0,48	0	13,6	
			Итого			166	565,54	20,101	31,65	50,9
	2 блюдо	007/411-96	Бифштекс н/р	53	112,82	177,2	12,72	14,04	0,045	
	Гарнир	0049/214/96	Морковь, тушеная с рисом	125	16,4	150,6	2,26	6,37	22,4	
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,6	58	0,2	0	14,97	
Обед комплекс №1 248 руб.	Хлеб		Хлебцы злаковые (зречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2	
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	120	26,58	55,2	0,48	0	13,6	
			Итого			166	469	15,77	20,44	56,215
	Холодн.закуска	ТТК №80	Салат Огородничий-1	100	35,26	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	
248 руб.	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	ТТК №78	Компота натурал. рубленая (гов.	50	102,05	151,76	11,8	11,4	0,7	
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный без муки (тома	25	2,92	17,28	0,25	1	3,07	
	Гарнир	20/523-04	Капустя отварная	150	19,96	78,9	2,9	3,8	8,6	
248 руб.	Сладкое бл	ТТК №53	Компот из мандаринов и яблок	200	12,73	109,26	0,165	0	28,81	
	Хлеб		Хлебцы злаковые (зречневые)	5	3,13	14	0,055	0,015	2,6	
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	117	25,7	52,9	0,46	0	13	
			Итого			248	674,22	24,574	28,525	82,568

Зам. директора по ОП

Н.В. Тарасова

Н.В. Тарасова



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

Меню на 01 февраля 2024 г. (безглютенная диета, 1 смена)



Утверждено
Индивидуальный предприниматель
Иванова Е.А.
01.02.2024

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

Примечание	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак комплекс №1 166 руб.	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	30	15,3	4,2	0,18	0	0,87
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,6	58	0,2	0	14,97
	Хлеб		Хлебцы злаковые (зречневые)	5	3,3	14	0,055	0,015	2,6
	Фрукты	14/м24-96	Мандарины	170	44,09	64,6	1,36	0	14,62
			Итого		166	427,6	16,895	24,315	35,26
Завтрак комплекс №2 166руб.	Холодн.закус	7/97-04	Сыр порц	10	11,88	36,1	2,68	2,73	0
	2 блюдо	ТТК №78	Комплекта натуральная рубленая	50	102,05	151,76	11,8	11,4	0,7
	Доп.гарнир	8/97-04	Помидоры свежие	20	10,2	2,8	0,12	0	0,58
	гарнир	11/470-96	Картофель отварной	100	13,61	106,14	2,046	2,64	19,73
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,6	58	0,2	0	14,97
	Хлеб		Хлебцы злаковые (зречневые)	5	3,3	14	0,055	0,015	2,6
	Фрукты	14/м24-96	Яблоко св.	100	21,36	46	0,4	0	11,3
			Итого		166	414,8	17,301	16,785	49,88
Обед комплекс №1 248 руб.	Холодн.закус	ТТК 88	Салат свекольный с огурц (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/м8-96	Мясо отварное для 1 блюда	10	27,74	29,92	3,024	1,98	0
	Первое бл	13/м.1-04	Сметана для 1 блюда	10	4,6	20,5	0,28	2	0,36
	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	30	16,13	12,3	0,93	0,06	2,13
	Напиток	ТТК №103	Напиток витамин. "Виташка"	200	17,6	78	0	0	19,4
	Хлеб		Хлебцы злаковые (зречневые)	10	6,73	28	0,11	0,03	5,2
			Итого		248	584,6	24,784	24,73	65,25

Зам.директора по ОПТ Н.В.Тарасова

Согласовано
 Директор МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева

 Н.Б. Овденко


Меню на 02 февраля 2024г. (безглютеновая диета, 1 смена)

Утверждено
 Индивидуальный предприниматель

 Е.А. Иванова

Школа	МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева	№ рещ.	Блюдо	Отд./корп	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	* Жиры	Углеводы
Прием пищи	Раздел	№ рещ.	Блюдо	Отд./корп	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	* Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	ТТК №1	Комплета по-воложки без панир.	75	82,41	295,2	13,87	24,64	4,8	
Комплекс №1	Гарнир	6/464-96	Рис отварной	150	14,53	219,37	3,87	5,25	41,8	
166 руб.	Холодн.закус	8/97-04	Томидоры свежие	35	17,85	4,9	0,21	0	1,02	
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,6	58	0,2	0	14,97	
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	5	3,3	14	0,055	0,015	2,6	
	Фрукты	14/т24-96	Апельсин	145	44,31	55,1	1,3	0	10,92	
			Итого			166	646,57	19,505	29,905	76,11
Завтрак	Холодн.закус	8/97-04	Томидоры свежие	35	17,85	4,9	0,21	0	1,02	
Комплекс №2	2 блюдо	ТТК №64	Филе птицы запеченное	80	100,96	277,5	14,48	23,95	0,58	
166 руб.	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	150	11,2	207,72	7,01	4,78	37,56	
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,6	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.	141	31,09	64,4	0,56	0	15,82	
			Итого			168	626,52	22,515	28,745	72,55
Обед	Холодн.закус	5/22-04	Салат из св.помид.с перцем	100	48,46	107,34	0,8	9,99	3,66	
Комплекс №1	Первое бл	17/133-04	Суп картофельный	250	11,64	121,22	2,56	2,3	23,03	
248 руб.	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 соус	60/40	107,17	239,7	18,35	16,1	2,5	
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	21,69	154,3	3,26	4,69	26,3	
	Напиток	8/627-96	Чай с лимоном	200/7	6	60	0,3	0	15,22	
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	5	3,3	14	0,055	0,015	2,6	
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	100	22	46	0,4	0	11,3	
			Итого			248	772,48	28,749	35,075	84,61

Зам. директора по ОП


 Н.В. Тарасова

Школа



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

Меню на 29 января 2024 г. (сахарный диабет, 2 смена)

МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева

Отд./корп

29.01.2024



ИДАНОВА
 ИВАНОВА
 ИВАНОВА

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	12/120-96	Щи из св.капусты с карт.,помидор	250	25,48	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 (зречневые)	10	6,68	28	0,11	0,03	5,2
	Фрукты	14/т24-96	Груша	120	46,33	50,4	0,48	0	12,84
			Итого		252,41	491,02	22,584	21,336	51,563
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
	Кмолочные		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 (зрчневые)	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 Меню на 30 января 2024 г (сахарный диабет, 2 смена)

Директор МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева

Н.Б. Овденко

Школа МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева

Отд./корп

30.01.2024



Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	Холодн. закуск	1/60-04	Салат по-цеклински	60	28,99	61,8	0,41	5,99	1,58
	Первое бл	14/129-96	Рассольник Ленинградский(помид.	250	22,68	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 пассл	25	2,92	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	6/464-96	Рис отварной	150	14,53	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 (зречневые)	5	3,3	14	0,055	0,015	2,6
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	108	23,8	50,6	0,44	0	12,4
			Итого		248	700,8	23,885	27,455	92,648
Полдник	2 блюдо	0068/272-04	Суфле из моркови	120	52,34	201,4	8,78	13,34	11,91
	Кмолочн.		Напиток молочный "Снежок"	200	36,4	156	5,6	5	22
	Фрукты	14/т24-96	Апельсин	250	77,26	95	2,25	0	21
		Итого		166	452,4	16,63	18,34	54,91	
166 руб									
			Итого		0	0	0	0	0

Зам. директора по О.П.

[Signature]

Н.В.Тарасова

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

Меню на 31 января 2024 г (сахарный диабет, 2 смена)

Л.В. КОЗЛОВА
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А. Иванова

Школа	МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева	Блюдо	Отд./корп	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Выход, г					
Обед комплекс №2 248 руб.	Холодн. закуск	ТТК №80	100	35,26	109,2	1,98	7,49	8,84
	Первое бл	5/11-04	250	16,21	100,75	3,8	1,84	16,93
	Первое бл	12/т8-96	10	27,74	29,92	3,024	1,98	0
	Первое бл	13/т. 1-04	5	2,3	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	0018а/416-96	75	101,82	205,53	12,99	11,05	14,34
	2 блюдо	0051/593/04	25	2,92	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	11/470-96	100	13,61	106,14	2,046	2,64	19,73
	Гарнир	9/482-96	50	7,21	41,3	1,17	1,76	5,27
	Напиток	7/628-96	200	1,53	1	0,2	0	0
	Хлеб			10	6,6	28	0,11	0,03
Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	150	32,8	69	0,6	0	16,95
Итого				248	718,37	26,31	28,79	88,948
Полдник	2 блюдо	0066/286-96	135	99,71	286,8	15,1	24,3	2,2
	Сладкое бл	За631-04	200	8,39	41,4	0,09	0	10,8
	Хлеб		5	3,3	14	0,055	0,015	2,6
	Фрукты	14/т24-96	175	54,6	68,4	1,62	0	15,12
Итого				166	410,6	16,865	24,315	30,72
Комплекс №1 166 руб.								
Итого				0	0	0	0	0

Зам. директора по ОП

Н.В. Тарасова





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

Меню на 01 февраля 2024 г. (сахарный диабет, 2 смена)
 Отд./корп



И.В.Тарасова
 Е.А.Иванова
 День 01.02.2024

Примечание	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед комплекс №2 248 руб.	Холодн. закус	ТТК №88	Салат свекольный с огурц. (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/б31-04	Компот из се груш (без сахара)	200	17,72	18,9	0,18	0	4,8
	Хлеб		Хлебцы злаковые (зречневые)	5	3,53	14	0,055	0,015	2,6
			Итого		248	505,35	25,079	23,735	48,418
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 "Огаорский"	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.	170	37,65	78,2	0,68	0	19,21
			Итого		166	491,95	25,82	18,2	57,11
			Итого		0	0	0	0	0

Зам. директора по ОП

Н.В.Тарасова



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

Меню на 02 февраля 2024г (сахарный диабет, 2 смена)



ИВАНОВА
 Руководитель
 Индивидуальный предприниматель
 Иванова Е.А.

Школа	МБОУ «Гимназия им. А.И. Яковлева»	Раздел	№ рец.	Блюдо	Отд./корп	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Приём пищи		Холодн.завкус	5/22-04	Салат из се.помид с перцем	100	48,46	107,34	0,8	9,99	3,66	
Обед комплекс №1		Первое бл	9/38-04	Суп картофельный с клецками	250/30	12,81	113,78	2,63	3,53	18,97	
		Первое бл	12/м8-96	Мясо отварное для 1 блюда	10	27,74	29,92	3,024	1,98	0	
248 руб.		2 блюдо	ТТК №101	Филе индейки, запеченное под соус	60/40	107,17	239,7	18,35	16,1	2,5	
		Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	21,69	154,3	3,26	4,69	26,3	
		Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,53	1	0,2	0	0	
		Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	5	3,3	14	0,055	0,015	2,6	
		Фрукты	14/м24-96	Яблоко се.	115	25,3	52,9	0,46	0	13	
				Итого		248	712,94	28,779	36,305	67,03	
Полдник 166 руб.		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	10,2	2,8	0,12	0	0,58	
		Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,53	1	0,2	0	0	
		Кмолочные		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	
				Фрукты	14/м24-96	Груша	150	57,14	63	0,6	16,5
				Итого		166	326,5	9,855	16,695	34,68	
				Итого		0	0	0	0	0	

Зам. директора по ОП

Н.В.Тарасова

Согласовано

Директор МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева

Н.Б. Овденко

Меню на 29 января 2024 г. (для фрешетного стола 11 класс)

Школа

МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева

Отд./корт

День

29.01.2024

Прием 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/м24-96	Яблоко св.	100	22	46	0,4	0	11,3
	Первое бл	12/120-96	Щи из св.капусты с карт., помидор	250	25,48	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	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	20,4	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
	Напиток	5/646-96	Напиток апельсиновый	200	10,13	98,12	0,198	0	25,8
	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/пш	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							
		Итого			0	0	0	0	0
		Итого			0	0	0	0	0

Зам. директора по ОП ИГТ Иванова Е.А.

Н.В. Тарасова



Согласовано
 Меню на 30 января 2024 г (для фуршетного стола 11 класс)

Директор МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева

Н.Б. Овденко

Школа МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева

Отд./корп

30.01.2024



Прием-пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
166 руб	Холодн.закус	1/60-04	Салат по-цехкински	60	28,99	61,8	0,41	5,99	1,58
	Фрукты	14/м24-96	Апельсин	80	24,8	30,4	0,72	0	6,72
	Первое бл	14/129-96	Рассольник Ленинградский(помид,	250	22,68	124,5	2,58	4,3	19,4
	Первое бл	13/м.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,3	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	ТТК №49	Оладьи из пшена (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
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная паст	25	2,92	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	1/472-96	Гюре картофельное	150	21,69	185,04	3,92	5,6	31,64
	Гарнир	6/464-96	Рис отварной	150	14,53	219,37	3,87	5,25	41,8
	Напиток	ТТК №105	Напиток плодово-ягодный	200	14,58	76,86	0,13	0	20,23
	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
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	25	2,01	58,25	1,9	0,15	13,075
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	15	1,04	32,25	1,02	0,18	6,96
Мучные изд.	ТТК №13	Булочка Оругинальная	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		0	0	0	0	0
			Итого		0	0	0	0	0

Зам. директора по О.П.

Н.В. Тарасова

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

Меню на 31 января 2024 г (для фуршетного стола 11 класс)

УТВЕРЖДАЮ
 Администрация муниципального образования «Юргинский район»
 Администрация муниципального образования «Юргинский район»
 Е.А. Иванова

Школа	МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева	Отд./корп	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки, г	Жиры	Углеводы	31.01.2024	
Прием, пиши	Раздел	№ рец.	Блюдо	Отд./корп	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки, г	Жиры	Углеводы
	Холодн. закуск	16/43-04	Салат из б/к калусты с морковью	100	11,35	89,07	1,35	5,01	9,96	
	Фрукты	14/м24-96	Яблоко св.	100	22	46	0,4	0	11,3	
	Первое бл	5/111-04	Борщ Сибирский без фрикадел.	250	16,21	100,75	3,8	1,84	16,93	
	Первое бл	13/м.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,3	10,25	0,14	1	0,018	
	2 блюдо	ТТК №66	Тедтели из курицы тушеные в со	80/40	66,01	234,23	9,55	15,27	15,51	
	2 блюдо	0018а/416-96	Комлета 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	
	Напиток	4/469-96	Макаронные изделия отварные	150	8,56	204,02	5,37	4,27	38,4	
	Гарнир	11/470-96	Картофель отварной	100	13,61	106,14	2,046	2,64	19,73	
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,6	58	0,2	0	14,97	
	Сладкое бл	ТТК №53	Компот из мандаринов и яблок	200	12,73	109,26	0,165	0	28,81	
	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.	3/769-04	Булочка Домашняя	50	5,81	193,48	3,69	6,92	31,2	
	Мучные изд.	ТТК №31	Розалик с маком	50	10,45	56,8	3,74	3,6	29,15	
			Итого		0	0	0	0	0	
			Итого		0	0	0	0	0	
			Итого		0	0	0	0	0	

Зам. директора по ОП

Н.В. Тарасова

Согласовано Меню на 01 февраля 2024 г. (для фуршетного стола 11 класс)

Директор МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева

Н.Б. Овденко

Школа МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева

Отд./корп

01.02.2024



Привез. пища	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
166 руб.	Холодн. закуск	ТТК 88	Салат свекольный с огурц. (консе)	60	13,39	36,05	1,24	1,5	4,5
	Холодн. закуск	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/м. 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 сгущенное с сахаром	20	10,17	63	1,44	1,7	11,2
	Дол. гарнир	14/м24-96	Апельсин	50	15,5	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. "Витлушка"	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/пш	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64	
Мучные узд.	1/773-04	Булочка Веснушка	50	5,42	157,4	4,29	4,9	25,71	
Мучные узд.	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
			Итого		0	0	0	0	0

Зам. директора по ОП

(Signature)

Н.В. Тарасова



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

Меню на 02 февраля 2024г (для фрешетного стола 11 класс)



Исполнитель
 Н.В. Тарасова

Школа	Раздел	№ рец.	Блюдо	Отд./корп	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки г/кг	Жиры г/кг	Дата	02.02.2024
										Углеводы	
166 руб.	Холодн. закуск	ТТК №82	Салат "Уральский"(св.капуста)	100	19,82	120,6	1,93	10,04			
	Фрукты	14/м24-96	Яблоко св.	100	22	46	0,4	0			5,9
	Первое бл	9/38-04	Суп картофельный с клецками	250/30	12,81	113,78	2,63	3,53			11,3
	2 блюдо	ТТК №101	Филе индейки, запеченное под соус	60/40	107,17	239,7	18,35	16,1			18,97
	2 блюдо	ТТК №1	Комплетта по-волжски (горбуша)	75	82,41	295,2	13,87	24,64			2,5
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная паста)	25	2,92	17,28	0,25	1			4,8
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	21,69	154,3	3,26	4,69			1,67
	Гарнир	6/464-96	Рис отварной	150	14,53	219,37	3,87	5,25			26,3
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,6	58	0,2	0			41,8
	Сладкое бл	5/646-96	Компот из апельсинное	200	27,39	131,2	0,45	0			14,97
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	25	2,01	58,25	1,9	0,15			34,14
	Хлеб рж/пш	ТК №11	Хлеб Пшеницкий витаминизирован	15	1,04	32,25	1,02	0,18			13,075
Мучные изд.	3/769-04	Булочка Домашняя	50	5,81	193,48	3,69	6,92			6,96	
Мучные изд.	12/687-96	Пирожок печеный с яблоками	60	12,05	172,19	3,7	3,5			31,2	
		Итого								33,63	
			Итого		0		0	0	0	0	0

Зам. директора по ОП
 Н.В. Тарасова