



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

Меню на 22 апреля 2024 г.(сахарный диабет ,2 смена)



Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
Иванова Е.А.Иванова

Школа

МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева

Отд./корп

День

22.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 248 руб.	Холодн,закус	ТТК 91	Салат овощной с консерв. кукуруз	100	65,07	65,8	1,11	5	4,7
	Первое бл	12/120-96	Щи из св.капусты с карт.,помидор	250	23,84	81,4	1,89	3,67	9,605
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	004/433-04	Мясо тушеное	40/50	117,07	164,71	13,12	11,16	3,13
	Гарнир	11/470-96	Картофель отварной	100	13,68	106,14	2,046	2,64	19,73
	Гарнир	20/523-04	Капуста отварная брокколи	25	10,9	13,2	0,5	0,65	1,42
	Сладкое бл	3а/631-04	Компот из св яблок (без сахара)	200	8,24	41,4	0,09	0	10,8
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2
			Итого		248	510,9	19,006	24,15	54,603
Полдник 166 руб	2 блюдо	0066/286-96	Омлет смешанный с сосисками	135	83,75	286,8	15,1	24,3	2,2
	Доп.гарнир	8/97-04	Горошек зеленый конс	15	4,5	6,15	0,47	0,03	1,065
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	5	3,3	14	0,055	0,015	2,6
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,06	1	0,2	0	0
	К/молочные		Йогурт Югорский	125	42	79,5	1,5	1,5	15
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	145	31,39	66,7	0,58	0	16,39
			Итого		166	454,15	17,905	25,845	37,255
			Итого		0	0	0	0	0

Зам.директора по ОП ИП Иванова Е.А.

Иванова

Н.В.Тарасова



Согласовано

Директор МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева

Н.Б. Овденко
Н.Б. Овденко

Школа Отд./корп

Меню на 23 апреля 2024 г (сахарный диабет, 2 смена)



Утверждаю

Индивидуальный предприниматель

Е.А. Иванова
Е.А.Иванова

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 248руб.	Холодн.закус	ТТК №112	Салат Овощной с морской капустой	100	47,98	63,9	1,47	3	7,59
	Первое бл	2/110-96	Борщ с капустой и картофелем	250	13,35	76,02	1,85	1,68	13,12
	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	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	ТТК №101	Филе индейки,запеченное под соус	60/40	108,71	239,7	18,35	16,1	2,5
	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	150	9,64	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 (гречневые)	10	5,58	28	0,11	0,03	5,2
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	100	22	46	0,4	0	11,3
				Итого		248	752,11	33,154	28,57
Полдник 166 руб	2 блюдо	ТТК №115	Суфле творожное	150	92,48	321,4	20,9	16,2	21,9
	К/молочн.		Напиток молочный "Снежок"	200	39,2	156	5,6	5	22
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,06	1	0,2	0	0
	Фрукты	14/т24-96	Апельсин	155	33,26	58,9	1,4	0	13,02
				Итого		166	537,3	28,1	21,2
			Итого		0	0	0	0	0

Зам.директора по О.П.

Н.В. Тарасова

Н.В.Тарасова

Согласовано

Директор МБОУ Гимназия им.А.И.Яковлева

Овденко Н.Б.Овденко

Меню на 24 апреля 2024 г (сахарный диабет, 2 смена)

Утверждаю

Индивидуальный предприниматель

Иванова Е.А.Иванова

Школа	МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева			Отд./корп	День 24.04.2024				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед комплекс №1 248 руб.	Холодн.закус	ТТК №100	Салат Веснянка	100	49,34	59,66	0,88	5,07	2,54
	Первое бл	8/138-96	Суп картофельный с горохом и гр	250/20	13,35	220,97	8,35	4,2	39,7
	Первое бл	12/т8-96	Мясо отварное для 1 блюда	10	27,74	29,92	3,024	1,98	0
	2 блюдо	002/437-04	Гуляш из говядины	40/50	112,16	160,75	12,59	10,76	3,59
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	21,09	154,3	3,26	4,69	26,3
	Доп.гарнир	8/97-04	Горошек зеленый конс	20	6,01	8,2	0,62	0,04	1,42
	Сладкое бл	3а/631-04	Компот из св груш (без сахара)	200	14,79	18,9	0,18	0	4,8
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	5	3,52	14	0,055	0,015	2,6
			Итого		248	666,7	28,959	26,755	80,95
Полдник комплекс №1 166 руб.	2 блюдо	ТТК № 71	Биточки из птицы,запечен. с сыр	80	75,77	240,3	11,3	17,98	8,6
	Доп.гарнир	8/97-04	Помидоры свежие	35	17,14	4,9	0,21	0	1,02
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	5	3,52	14	0,055	0,015	2,6
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,06	1	0,2	0	0
	К/молочные		Йогурт Югорский	125	42	79,5	1,5	1,5	15
	Фрукты	14/т24-96	Апельсин	125	26,51	47,5	1,12	0	10,5
				Итого		166	387,2	14,385	19,495
			Итого		0	0	0	0	0

Зам. директора по ОП

Тарасова

Н.В.Тарасова



ИВАНОВА
 Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова
 День 25.04.2024

Согласовано
 Меню на 25 апреля 2024г. (сахарный диабет, 2 смена)
 Директор МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева
 Овденко Н.Б.
 Школа МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева Отд./корп

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед комплекс №1 248 руб.	Холодн.закус	ТТК №88	Салат свекольный с огурцами (ко	100	22,24	60,1	2,1	2,5	7
	Первое бл	7/132-96	Суп из овощей	250	12,67	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	10	5,2	20,5	0,28	2	0,36
	2 блюдо	ТТК №102	Суфле из филе индейки с рисом	90	121,55	254	22,4	16,3	4,7
	Гарнир	12/216-04	Картофель тушеный	150	29,66	181,5	3,15	9,6	27,75
	Гарнир	20/523-04	Капуста отварная брокколи	25	10,9	13,2	0,5	0,65	1,42
	Напиток	11а/705-04	Отвар из шиповника (без сахара)	200	10,4	50,6	0,8	0	12
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	7,64	28	0,11	0,03	5,2
			Итого		248	733,32	34,214	37,33	70,63
Полдник 166 руб.	2 блюдо	0060/362-04	Пудинг из творога (без изюма)	135	91,52	334,75	22,14	15,7	26,9
	К/молочные		Йогурт Югорский	125	42	79,5	1,5	1,5	15
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,06	1	0,2	0	0
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	5	2,82	14	0,055	0,015	2,6
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	130	28,6	59,8	0,52	0	14,7
			Итого		166	489,05	24,415	17,215	59,2
			Итого		0	0	0	0	0

Зам.директора по ОП
 Н.В.Тарасова

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

Меню на 26 апреля 2024г. (сахарный диабет ,2 смена)

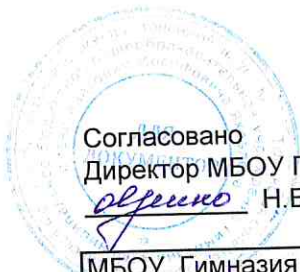
Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
Иванова Е.А.Иванова

Школа	МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева			Отд./корп			День	26.04.2024		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Обед комплекс 248 руб.	Холодн.закус	ТТК №98	Салат "Витаминка"	100	47	65,5	0,93	5,1	3,6	
	Первое бл	4/129-96	Рассольник Ленинградский(перловое)	250	14,21	124,5	2,58	4,3	19,4	
	Первое бл	13/м.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018	
	2 блюдо	ТТК №106а	Рыба на овощной подушке	250	161,68	345	25,3	15,57	25,4	
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,06	1	0,2	0	0	
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2	
	Фрукты	14/м24-96	Апельсин	100	14,85	38	0,9	0	8,4	
				Итого		248	612,25	30,16	26	62,018
Полдник 166 руб.	2 блюдо	0068/272-04	Суфле из моркови	120	51,85	201,4	8,78	13,34	11,91	
	Первое бл	13/м.1-04	Сметана для 1 блюда	15	7,8	30,75	0,42	3	0,54	
	Сладкое бл	12а/638-04	Напиток из кураги (без сахара)	200	10	54,4	1,04	0	13,18	
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	5	3,3	14	0,055	0,015	2,6	
	К/молочн.		Напиток молочный "Снежок"	200	39,2	156	5,6	5	22	
	Фрукты	14/м24-96	Груша	120	53,85	50,4	0,48	0	12,84	
			Итого		166	506,95	16,375	21,355	63,07	
			Итого		0	0	0	0	0	

Зам. директора по ОП

Тарасова

Н.В.Тарасова



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

Меню на 22 апреля 2024 г.(для фуршетного стола 11 класс)



Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
Иванова Е.А.Иванова

День 22.04.2024

Школа

МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева

Отд./корп

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 166 руб.	Холодн.закус	6/60-96	Винегрет овощной(огурец*)	100	21,74	142,51	2,14	10,04	9,86
	Холодн.закус	ТТК №81а	Салат из кукурузы с яйцом (св.ог)	60	24,87	60,6	2,43	4,4	3,45
	Первое бл	1/120-96	Щи из св.капусты с картофелем	250	12,95	81,4	1,89	3,67	9,605
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	0066/286-96	Омлет смешанный с колбасой	135	83,75	286,8	15,1	24,3	2,2
	2 блюдо	0021/423-96	Тефтели с соусом	60/50	72,46	181,08	8,75	11,33	11,74
	Гарнир	4/469-96	Макаронные изделия отварные	180	10,39	244,82	6,44	5,1	46,08
	Гарнир	11/470-96	Картофель отварной	100	13,68	106,14	2,046	2,64	19,73
	Напиток	ТТК №70	Какао "Чукка "(витамин.)	200	38,64	119,2	5,46	6,17	10,8
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,35	58	0,2	0	14,97
	Напиток	ТТК № 67	Напиток из вишни	200	17,55	102,01	0,2	0	26,78
	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.	ТТК №21	Плюшка с сахаром	50	7,16	177,09	4,18	5,25	30,18
	Мучные изд.	ТТК №13	Булочка Оригинальная	50	7,65	176,3	3,99	4,84	31,18
			Итого						
			Итого		0	0	0	0	0
			Итого		0	0	0	0	0

Зам.директора по ОП ИП Иванова Е.А.

Иванова

Н.В.Тарасова

Согласовано
 Директор МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева

Меню на 23 апреля 2024 г (для фуршетного стола 11 класс.)

Овденко
 Н.Б.Овденко

Школа МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева

Отд./корп



Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова

День 23.04.2024

Прием пищи:	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
166 руб	Холодн.закус		Салат Степной	100	20,3	186,63	2,02	15,06	9,6	
	Холодн.закус	ТТК №112	Салат Овощной с морской капустой	100	47,98	63,9	1,47	3	7,59	
	Первое бл	2/110-96	Борщ с капустой и картофелем	250	13,35	76,02	1,85	1,68	13,12	
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	10	5,2	20,5	0,28	2	0,36	
	2 блюдо	ТТК №79а	Поджарка из филе индейки	50/15	84,57	210,35	15,4	15,3	3,03	
	2 блюдо	0039/528-96	Соус красный основной	30	1,15	14,1	0,25	0,62	1,99	
	2 блюдо	0024/387-96	Печень по-строгановски	50/30	60,74	138,1	13,5	8,3	2,37	
	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	180	11,54	265,5	8,8	6,14	47,24	
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	21,09	154,3	3,26	4,69	26,3	
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,35	58	0,2	0	14,97	
	Напиток	ТТК №105	Напиток плодово-ягодный горячий	200	13,74	76,86	0,13	0	20,23	
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	15	1,09	34,95	1,14	0,09	7,845	
	Хлеб рж/пшен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизированный	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64	
	Мучные изд.	ТТК №116	Булочка с корицей	65	11,89	249,3	5,27	8,07	41,6	
	Мучные изд.	12/687-96	Пирожок печеный с яблоками	60	12,71	172,19	3,7	3,5	33,63	
				Итого						
			Итого		0	0	0	0	0	
			Итого		0	0	0	0	0	

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова

Н.В.Тарасова

Согласовано

Директор МБОУ Гимназия им.А.И.Яковлева

В.И.Иванов Н.Б.Овденко

Меню на 24 апреля 2024 г (для фуршетного стола 11 класс)



ИВАНОВА
ЕВГЕНИЯ
Александровна

Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А.Иванова

Школа	МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева			Отд./корп			День		24.04.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
166руб.	Холодн.закус	4/20-04	Салат из св.помидор.и огурцов*	100	37,09	103,94	0,7	9,99	2,86
	Холодн.закус	ТТК №100	Салат Веснянка	100	49,34	59,66	0,88	5,07	2,54
	Первое бл	8/138-96	Суп картофельный с горохом и гр	250/20	13,35	220,97	8,35	4,2	39,7
	2 блюдо	0021/423-96	Тефтели с соусом	60/50	72,46	181,08	8,75	11,33	11,74
	2 блюдо	ТТК № 71	Биточки из птицы,запечен. с сыр	80	75,77	240,3	11,3	17,98	8,6
	2 блюдо	0051/6/593/04	Соус томатный (с помидорами)	25	8,53	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	21,09	154,3	3,26	4,69	26,3
	Гарнир	ТТК №29	Рис с овощами	100	15,82	112,17	2,191	3,78	18,29
	Гарнир	4/469-96	Макаронные изделия отварные	150	8,66	204,02	5,37	4,27	38,4
	Сладкое бл	ТТК №53	Компот из мандаринов и яблок	200	13,91	109,26	0,165	0	28,81
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,35	58	0,2	0	14,97
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	20	5,77	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	5,77	193,48	3,69	6,92	31,2
	Мучные изд.	1/773-04	Булочка Веснушка	50	5,56	157,4	4,29	4,9	25,71
			Итого						
			Итого		0	0	0	0	0
			Итого		0	0	0	0	0

Зам. директора по ОП

Н.В.Тарасова

Н.В.Тарасова

Согласовано

Директор МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева

А.Овденко Н.Б.Овденко

Школа Отд./корп

Меню на 25 апреля 2024г. (для фуршетного стола 11 класс)

Утверждаю

Индивидуальный предприниматель

Е.А.Иванова Е.А.Иванова

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки *	Жиры	Углеводы
166 руб.	Холодн.закус	ТТК №88	Салат свекольный с огурцами (кол	100	22,24	60,1	2,1	2,5	7
	Холодн.закус	ТТК №99а	Салат Фруктовый	60	20,56	26,34	0,42	0	6,16
	Первое бл	7/132-96	Суп из овощей	250	12,67	95,5	1,85	4,27	12,2
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	0060/362-04	Пудинг из творога (без изюма)	135	91,52	334,75	22,14	15,7	26,9
			Молоко сгущенное с сахаром	15	7,63	47,25	1,13	1,27	8,4
	2 блюдо	0018/416-96	Биточки рубленные	50	66,09	128,69	8,36	6,89	8,83
	Гарнир	12/216-04	Картофель тушеный	150	29,66	181,5	3,15	9,6	27,75
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,35	58	0,2	0	14,97
	Напиток	ТТК №54	Напиток грушевый с черной сморо	200	15,62	102,26	0,15	0	27,03
	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.	ТТК №20	Булочка с сыром	50	17,08	173,55	6,28	6,3	24,37
	Мучные изд.	ТТК №31	Рогалик с маком	50	9,96	156,8	3,74	3,6	29,15
		Итого							
			Итого		0	0	0	0	0
			Итого		0	0	0	0	0

Зам.директора по ОП

Н.В.Тарасова

Н.В.Тарасова

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

Меню на 26 апреля 2024г. (для фуршетного стола 11 кл.)

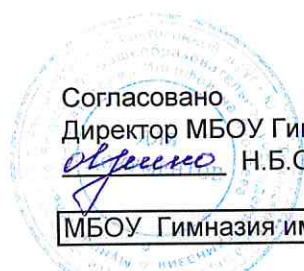
ИВАНОВА
 ЕВГЕНИЯ
 АЛЕКСАНДРОВНА
 Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова

Школа	МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева			Отд./корп	День					
					Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо							
166 руб.	Холодн.закус	ТТК №98	Салат "Витаминка"	100	47	65,5	0,93	5,1	3,6	
	Холодн.закус	ТТК №87	Салат "Октябрьский"	100	22,97	76,4	1,84	5	4	
	Первое бл	4/129-96	Рассольник Ленинградский(перлов	250	14,21	124,5	2,58	4,3	19,4	
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018	
	2 блюдо	ТТК №8	Рыба(горбуша) запеч.со смет.	60	67,58	148,42	15,85	9	0,835	
	2 блюдо	0047/460-96	Котлета рубленая из филе птицы	75	59,54	231,75	16,57	17,85	7,5	
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная паст	25	3	17,28	0,25	1	1,67	
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	21,09	154,3	3,26	4,69	26,3	
	Гарнир	6/464-96	Рис отварной	150	14,77	219,37	3,87	5,25	41,8	
	Напиток	ТТК №12	Напиток из сухофруктов	200	9,43	144,42	1,33	0	37,3	
	Напиток	8/627-96	Чай с лимоном	200/7	5,51	60	0,3	0	15,22	
	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	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64	
	Мучные изд.	ТТК №16	Булочка с повидлом	100	15,83	328,7	7,6	7,29	62,2	
	Мучные изд.	6/827-97	Ватрушка с творогом	75	24,74	209,94	9,42	5,1	33,6	
				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

Н.В.Тарасова



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

Меню на 22 апреля 2024 г.(безглютеновая диета ,1 смена)



Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова

Школа

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

День 22.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1 комплекс 166 руб	2 блюдо	0066/286-96	Омлет смешанный с сосисками	135	83,75	286,8	15,1	24,3	2,2
	Напиток	ТТК №70	Какао "Чукка "(витамин.)	200	38,64	119,2	5,46	6,17	10,8
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	5	3,3	14	0,055	0,015	2,6
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	186	40,31	82,8	0,72	0	20,34
			Итого		166	502,8	21,335	30,485	35,94
Завтрак 2 комплекс 166 руб	Холодн.закус	7/97-04	Сыр порц	15	17,84	54,15	4,02	4,095	0
	2 блюдо	0062/463-04	Тефтели из говядины с рисом (пар)	75/30	101,43	156,87	11,53	9,29	7,25
	Гарнир	20/523-04	Капуста отварная	150	23,22	78,9	2,9	3,8	8,6
	Доп.гарнир	8/97-04	Помидоры свежие	15	7,34	2,85	0,42	0	0,195
	Напиток	ТТК №10	Напиток кофейный на сг.молоке	200	12,94	71,35	1,38	1,64	13,64
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	5	3,23	14	0,055	0,015	2,6
			Итого		166	378,12	20,305	18,84	32,285
Обед 248 руб.	Холодн,закус	ТТК 91	Салат овощной с консерв. кукуруз	100	65,07	65,8	1,11	5	4,7
	Первое бл	12/120-96	Щи из св.капусты с карт.,помидор	250	23,84	81,4	1,89	3,67	9,605
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	10	5,2	20,5	0,28	2	0,36
	2 блюдо	004/433-04	Мясо тушеное	40/50	117,07	164,71	13,12	11,16	3,13
	Гарнир	11/470-96	Картофель отварной	100	13,68	106,14	2,046	2,64	19,73
	Напиток	ТТК № 67	Напиток из вишни	200	17,55	102,01	0,2	0	26,78
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	5,59	28	0,11	0,03	5,2
			Итого		248	568,56	18,756	24,5	69,505

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

Согласовано

Директор МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева

Овденко
Н.Б.Овденко

Школа Отд./корп

Меню на 23 апреля 2024 г. (безглютеновая диета, 1 смена)

Утверждаю

Индивидуальный предприниматель

Иванова
Е.А.Иванова

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак комплекс №1 166 руб	2 блюдо	0024/387-96	Печень по-строгановски (без мук	50/30	60,74	138,1	13,5	8,3	2,37
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	21,09	154,3	3,26	4,69	26,3
	Холодн.закус	22/97-04	Перец сладкий болгарский	30	35,2	6,9	0,39	0	1,41
	Напиток	ТТК №105	Напиток плодово-ягодный горячий	200	13,71	76,86	0,13	0	20,23
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	5	2,71	14	0,055	0,015	2,6
	Фрукты	14/м24-96	Мандарин	110	32,55	41,8	0,88	0	9,46
			Итого		166	431,96	18,215	13,005	62,37
Завтрак комплекс №2 166 руб	2 блюдо	0067/303-96	Горбуша припущенная	50	47,17	90,3	12,85	4,27	0,14
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томат.паста)	50	5,84	34,56	0,52	2,29	3,07
	Гарнир	6/464-96	Рис отварной	150	14,77	219,37	3,87	5,25	41,8
	Холодн.закус	22/97-04	Перец сладкий болгарский	30	35,2	6,9	0,39	0	1,41
	Напиток	ТТК №105	Напиток плодово-ягодный горячий	200	13,74	76,86	0,13	0	20,23
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	5	3,05	14	0,055	0,015	2,6
	Фрукты	14/м24-96	Груша св.	103	46,23	44,1	0,42	0	11,23
			Итого		166	486,09	18,235	11,825	80,48
Обед 248руб.	Холодн.закус	ТТК №112	Салат Овощной с морской капуст	100	47,98	63,9	1,47	3	7,59
	Первое бл	2/110-96	Борщ с капустой и картофелем	250	13,35	76,02	1,85	1,68	13,12
	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	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	ТТК №79а	Поджарка из филе индейки	50/15	84,57	210,35	15,4	15,3	3,03
	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	150	9,64	207,72	7,01	4,78	37,56
	Напиток	6/771-97	Напиток клюквенный	200	34,72	99,76	0,175	0	26,1
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2
	Фрукты	14/м24-96	Апельсин	100	20,8	38	0,9	0	8,4
			Итого		248	763,92	30,079	27,77	101,018

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова
Н.В.Тарасова

Согласовано

Директор МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева

Н.Б.Овденко

Меню на 24 апреля 2024 г (безглютеновая диета, 1 смена)

Утверждаю

Индивидуальный предприниматель

Е.А.Иванова

Школа	МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева			Отд./корп			День			24.04.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак комплекс №1 166 руб.	2 блюда	ТТК №74	Биф рубленый (индейка)	80	102,67	216,24	15,58	16,27	1,9	
	Гарнир	ТТК №29	Рис с овощами	100	15,82	112,17	2,191	3,78	18,29	
	Доп. гарнир	8/97-04	Помидоры свежие	20	9,79	2,8	0,12	0	0,58	
	Напиток	ТТК №10	Напиток кофейный на сг.молоке	200	12,94	71,35	1,38	1,64	13,64	
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	5	2,78	14	0,055	0,015	2,6	
	Фрукты	14/м24-96	Яблоко св.	100	22	46	0,4	0	11,3	
				Итого		166	462,56	19,726	21,705	48,31
Завтрак комплекс №2 166 руб.	Холодн.закус	8/97-04	Помидоры свежие	15	7,34	2,1	0,09	0	0,44	
	2 блюда	007/411-96	Бифштекс н/р	53	112,32	177,2	12,72	14,04	0,045	
	Гарнир	0049/214/96	Морковь тушеная с рисом	125	17,97	150,6	2,26	6,37	22,4	
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,35	58	0,2	0	14,97	
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	5	2,31	14	0,055	0,015	2,6	
	Фрукты	14/м24-96	Апельсин	105	22,71	39,9	0,95	0	8,82	
				Итого		166	441,8	16,275	20,425	49,275
Обед комплекс №1 248 руб.	Холодн.закус	ТТК №100	Салат Веснянка	100	49,34	59,66	0,88	5,07	2,54	
	Первое бл	8/138-96	Суп картофельный с горохом и гр	250/20	13,35	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 блюда	002/437-04	Гуляш из говядины (без муки)	40/50	112,16	160,75	12,59	10,76	3,59	
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	21,09	154,3	3,26	4,69	26,3	
	Доп. гарнир	8/97-04	Горошек зеленый конс	10	3	4,1	0,31	0,02	0,71	
	Сладкое бл	ТТК №53	Компот из мандаринов и яблок	200	13,91	109,26	0,165	0	28,81	
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	7,41	28	0,11	0,03	5,2	
			Итого		248	766,96	28,689	26,75	106,85	

Зам. директора по ОП

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 25 апреля 2024г. (безглютеновая диета, 1 смена)

Утверждаю

Индивидуальный предприниматель

Е.А.Иванова

День

25.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак комплекс №1 166 руб.	2 блюдо	ТТК №85	Пудинг из творога с рисом	150	96,79	344,6	22,34	15,78	28,9
			Молоко сгущенное с сахаром	15	7,63	47,25	1,13	1,27	8,4
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,35	58	0,2	0	14,97
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	5	3,3	14	0,055	0,015	2,6
	Фрукты	14/т24-96	Груша	125	54,93	52,5	0,5	0	13,3
				Итого		166	516,35	24,225	17,065
Завтрак комплекс №2 166руб.	2 блюдо	ТТК №78	Котлета натуральная рубленая	50	100,78	151,76	11,8	11,4	0,7
	Доп гарнир	8/97-04	Помидоры свежие	30	14,69	4,2	0,18	0	0,87
	гарнир	11/470-96	Картофель отварной	100	13,68	106,14	2,046	2,64	19,73
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,35	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.	140	30,2	64,4	0,56	0	15,82
			Итого		166	398,5	14,841	14,055	54,69
Обед комплекс №1 248 руб.	Холодн.закус	ТТК №88	Салат свекольный с огурцами (кон)	100	22,24	60,1	2,1	2,5	7
	Первое бл	7/132-96	Суп из овощей	250	12,67	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	10	5,2	20,5	0,28	2	0,36
	2 блюдо	ТТК №102	Суфле из филе индейки с рисом	90	121,55	254	22,4	16,3	4,7
	Гарнир	12/216-04	Картофель тушеный	150	29,66	181,5	3,15	9,6	27,75
	Холодн.закус	8/97-04	Помидоры свежие	15	7,32	2,1	0,09	0	0,44
	Напиток	ТТК №54	Напиток грушевый с черной сморо	200	15,62	102,26	0,15	0	27,03
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	6	28	0,11	0,03	5,2
				Итого		248	773,88	33,154	36,68

Зам.директора по ОП

Н.В.Тарасова

Согласовано

Директор МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева

Овденко Н.Б.Овденко

Меню на 26 апреля 2024г (безглютеновая диета, 1 смена)

Утверждаю

Индивидуальный предприниматель

Иванова Е.А.Иванова

Школа	МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева			Отд./корп			День	26.04.2024	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак комплекс №1 166 руб.	Холодн.закус	8/97-04	Помидоры свежие	45	22,03	6,3	0,27	0	1,3
	2 блюдо	0018а/416-96	Шницель рубленый	75	101,53	205,53	12,99	11,05	14,34
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (без муки)	25	3	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	6/464-96	Рис отварной	100	9,82	146,03	2,58	3,48	27,9
	Гарнир	20/523-04	Капуста отварная брокколи	50	21,8	26,4	1	1,3	2,86
	Напиток	8/627-96	Чай с лимоном	200/7	5,51	60	0,3	0	15,22
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	5	2,31	14	0,055	0,015	2,6
			Итого			166	475,54	17,445	16,845
Завтрак комплекс №2 166 руб.	Холодн.закус	8/97-04	Огурец свежий	25	8,67	2,5	0,175	0	0,45
	2 блюдо	0061/357-96	Мясо (говядина)отварное	50	139,15	148,6	15,1	9,9	0
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (без муки)	25	3	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	150	9,64	207,72	7,01	4,78	37,56
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,35	58	0,2	0	14,97
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	5	2,19	14	0,055	0,015	2,6
			Итого			166	448,1	22,79	15,695
Обед 248 руб.	Холодн.закус	ТТК №98	Салат "Витаминка"	100	47	65,5	0,93	5,1	3,6
	Первое бл	4/129-96	Рассольник Ленинградский(перловое)	250	14,21	124,5	2,58	4,3	19,4
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	ТТК №106а	Рыба на овощной подушке	250	161,68	345	25,3	15,57	25,4
	Напиток	ТТК №103	Напиток витамин. "Витошка"	200	17,6	78	0	0	19,4
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	4,91	28	0,11	0,03	5,2
		Итого			248	651,25	29,06	26	73,018

Зам. директора по ОП

Н.В.Тарасова Н.В.Тарасова