



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

Меню на 29 апреля 2024 г.(безглютеновая диета)



Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
Е.А.Иванова Е.А.Иванова

Школа Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1 комплекс 166руб.	2 блюдо	0066/286-96	Омлет смешанный с сосисками	135	83,75	286,8	15,1	24,3	2,2
	Холодн.закус	8/97-04	Помидоры свежие	55	26,89	7,7	0,33	0	1,6
	Напиток	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,35	58	0,2	0	14,97
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2
	Фрукты	14/т24-96	Апельсин	210	45,41	79,8	1,89	0	17,64
			Итого		166	460,3	17,63	24,33	41,61
Завтрак 2 комплекс 166 руб.	2 блюдо	ТТК №79а	Поджарка из филе индейки	50/15	84,57	210,35	15,4	15,3	3,03
	Гарнир	20/523-04	Капуста отварная	150	23,22	96	2,85	5,7	7,35
	Доп.гарнир	8/97-04	Помидоры свежие	30	14,69	4,2	0,18	0	0,87
	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.	168	36,87	71,4	0,68	0	18,2
		Итого		166	453,95	19,365	21,015	47,02	
Обед 248 руб.	Холодн.закус	5а/22-04	Салат из св.помид.с перцем*	60	34,05	64,4	0,48	5,99	2,2
	Первое бл	3/128-96	Рассольник Домашний	250	16,31	116,06	2,54	4,28	16,79
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	006/479-97	Биточки по- белорусски	75	138,78	200,64	15,75	13,66	1,09
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный без муки (паста)	25	3	17,28	0,25	1	1,67
	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
	Сок		Сок фруктовый	200	26,74	94	1	0	23,4
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	15	9,49	42	0,16	0,004	7,8
			Итого		248	708,77	22,566	28,574	87,668

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

Меню на 30 апреля 2024 г.(безглютеновая диета)

Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
Иванова Е.А.Иванова

Школа

МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева

Отд./корп

День

30.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 166 руб.	Холодн.закус	8/97-04	Помидоры свежие	30	14,69	4,2	0,18	0	0,87
	2 блюдо	ТТК №113	Биточки "Фрегат" (горбуша)	75	79,43	246	17,25	18,6	2,36
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный без муки (тома	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
	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/м24-96	Апельсин	190	41,14	72,2	1,71	0	15,9
			Итого		166	565,98	22,905	24,305	64,67
Завтрак комплекс №2 166 руб.	Холодн.закус	7/97-04	Сыр порц	10	11,89	54,15	4,02	4,095	0
	2 блюдо	ТТК №74	Беф рубленый	80	102,67	216,24	15,58	16,27	1,9
	Гарнир	7/487-96	Рагу овощное	150	25,09	137,54	2,8	6,4	16,78
	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/м24-96	Апельсин	100	19,7	38	0,9	0	8,4
			Итого		166	517,93	23,555	26,78	44,65
Обед 248 руб.	Холодн.закус	ТТК №96	Салат Пекинский со св. овощами	100	57,16	62,13	1,02	5,16	2,6
	Первое бл	5/111-04	Борщ Сибирский	25/250	73,27	157,18	9,52	5,6	16,94
	Первое бл	13/м.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	ТТК № 56а	Филе индейки тушеное в соусе(мо	50/50	84,34	187,9	15,49	12,5	3,6
	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	150	9,64	207,72	7,01	4,78	37,56
	Сладкое бл	2/636-04	Компот из мандаринов	200	18,68	131,2	0,45	0	34,14
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	5	2,31	14	0,055	0,015	2,6
			Итого		248	770,38	33,685	29,055	97,458

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова

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

Меню на 29 апреля 2024г г.(для фуршетного стола 11 класс)

Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
Иванова Е.А.Иванова
 День 29.04.2024

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

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 2 комплекс 166 руб.	Холодн.закус	5а/22-04	Салат из св.помид.с перцем*	60	34,05	64,4	0,48	5,99	2,2
	Холодн.закус	ТТК №99	Салат Фруктовый	100	34,26	43,9	0,7	0	10,27
	Первое бл	3/128-96	Рассольник Домашний	250	16,31	116,06	2,54	4,28	16,79
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	006/479-97	Биточки по- белорусски	50	91,84	133,76	10,49	9,11	0,73
	2 блюдо	ТТК №79а	Поджарка из филе индейки	50/15	84,57	210,35	15,4	15,3	3,03
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная паста)	25	3	17,28	0,25	1	1,67
	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	7/628-96	Чай с сахаром	200	3,35	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 витаминизированный	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
	Мучные изд.	ТТК №14	Булочка Ромашка	50	7,69	176,5	4	4,8	31,18
	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 ОП ИП Иванова Е.А. *Иванова* Н.В.Тарасова



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

Меню на 30 апреля 2024г.(меню для фуршетного стола 11 класс)



Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова

Школа Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
166 руб.	Холодн.закус	ТТК №81а	Салат из кукурузы с яйцом (свеж)	60	24,77	60,6	2,43	4,4	3,45
	Холодн.закус	1/60-04	Салат по-щекински	60	27,23	61,8	0,41	5,99	1,58
	Первое бл	5/111-04	Борщ Сибирский без фрикадел.	250	19,51	100,75	3,8	1,84	16,93
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	ТТК№74	Биф рубленный	80	102,67	216,24	15,58	16,27	1,9
	2 блюдо	ТТК №113	Биточки "Фрегат" (горбуша)	75	79,43	246	17,25	18,6	2,36
	2 блюдо	0039/528-96	Соус красный основной	30	1,15	14,1	0,25	0,62	1,99
	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	150	9,64	207,72	7,01	4,78	37,56
	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
	Сладкое бл	2/636-04	Компот из мандаринов	200	18,68	131,2	0,45	0	34,14
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	15	1,22	34,95	1,14	0,09	7,845
	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.	18/827-97	Ватрушка с повидлом	75	11,86	213,67	4,47	2,14	44,5
			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
Овденко Н.Б.Овденко

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



Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
Иванова Е.А.Иванова

Школа

МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева

Отд./корп

День

29.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 2 комплекс 248 руб.	Холодн,закус	5/22-04	Салат из св.помид.с перцем	100	56,77	107,34	0,8	9,99	3,66
	Первое бл	3/128-96	Рассольник Домашний	250	16,31	116,06	2,54	4,28	16,79
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	006/479-97	Биточки по- белорусски	75	138,78	200,64	15,75	13,66	1,09
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная паста)	25	3	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	20/523-04	Капуста отварная	150	23,22	78,9	2,9	3,8	8,6
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,06	1	0,2	0	0
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	6,26	28	0,11	0,03	5,2
			Итого		248	559,47	22,69	33,76	37,028
Полдник 166 руб.	2 блюдо	0066/286-96	Омлет смешанный с сосисками	135	83,75	286,8	15,1	24,3	2,2
	Холодн.закус	8/97-04	Помидоры свежие	55	26,89	7,7	0,33	0	1,6
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,06	1	0,2	0	0
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	5	3,3	14	0,055	0,015	2,6
	Фрукты	14/т24-96	Апельсин	235	51	89,3	2,12	0	19,74
			Итого		166	398,8	17,805	24,315	26,14
		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

Меню на 30 апреля 2024г.(сахарный диабет 2 смена)



Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
Е.А.Иванова

Школа

МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева

Отд./корп

День

30.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 248 руб.	Холодн.закус	ТТК №96	Салат Пекинский со св. овощами	100	57,16	62,13	1,02	5,16	2,6
	Первое бл	5/111-04	Борщ Сибирский	25/250	73,27	157,18	9,52	5,6	16,94
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	ТТК № 56а	Филе индейки тушеное в соусе(тс	50/50	84,34	187,9	15,49	12,5	3,6
	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	150	9,64	207,72	7,01	4,78	37,56
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,06	1	0,2	0	0
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	5	3,3	14	0,055	0,015	2,6
	Фрукты	14/т24-96	Апельсин	78	16,63	30,4	0,72	0	6,72
			Итого		248	670,58	34,155	29,055	70,038
Полдник 166 руб.	2 блюдо	0018/416-96	Котлета рубленая	50	66,09	128,69	8,36	6,89	8,83
	Доп.гарнир	8/97-04	Помидоры свежие	30	14,69	4,2	0,18	0	0,87
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2
	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	Груша	80	35,56	33,6	0,32	0	8,6
			Итого		166	274,99	10,67	8,42	38,5
		Итого		0	0	0	0	0	

Зам.директора по О.П.

Н.В.Тарасова

Н.В.Тарасова