



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

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

Меню на 03 сентября 2024 г (возрастная категория 12-18 лет)



Иванова
 Е.А. Иванова
 День 03.09.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 166 руб	Холодн. закуск	1/60-04	Салат по-цехински	60	14,95	61,8	0,41	5,99	1,58
	Холодн. закуск	ТТК №82	Салат "Уральский"(св.капуста)	100	17,49	120,6	1,93	10,04	5,9
	Первое бл	14/129-96	Рассольник Ленинградский(пomid.	250	18,85	124,5	2,58	4,3	19,4
	Первое бл	13/лп.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	ТТК №49	Оладьи из печени (яйцо)	75	77,15	239,6	20,01	16,99	1,67
	2 блюдо	0019/458-04	Рулет с луком и яйцом	70	81,2	154	10,2	8,97	8,58
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная паста)	25	4,02	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	6/464-96	Рис отварной	180	25,01	262,85	4,64	6,26	50,22
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	25,2	154,3	3,26	4,69	26,3
	Сладкое бл	12/638-04	Компот из кураги	200	13,51	129,2	1,04	0	33,14
	Напиток	7а/628-96	Чай с сахаром (сах. 10 гр)	200	2,59	37,4	0,1	0	9,98
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	30	2,56	69,9	2,28	0,18	15,69
	Хлеб рж/пшён	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
Мучные изд.	12/687-96	Пирожок печеный с яблоками	60	12,61	172,19	3,7	3,5	33,63	
Мучные изд.	ТТК №13	Булочка Орудиальная	50	7,57	176,3	3,99	4,84	31,18	
			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.В. Овденко

МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева

Отд./корп



Индивидуальный предприниматель
 Е.А. Иванова

День 05.09.2024

Меню на 05 сентября 2024г. (фуршетный стол 11 класс)

Прием, тиши	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	Холодн.закус	ТТК №88	Салат свекольный с огурцами (кол)	100	23,43	60,1	2,1	2,5	7
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	120	26,4	55,2	0,48	0	13,6
	Первое бл	7/132-96	Суп из овощей	250	12,76	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 узюма)	135	93,7	334,75	22,14	15,7	26,9
	2 блюдо		Молоко сухенное с сахаром	20	10,42	63	1,44	1,7	11,2
	2 блюдо	ТТК№74	Биф рубленый (индейка)	80	111,01	216,24	15,58	16,27	1,9
	2 блюдо	0039/528-96	Соус красный основной	30	1,23	14,1	0,25	0,62	1,99
	Гарнир	4/469-96	Макаронные изделия отварные	180	13,16	244,82	6,44	5,1	46,08
	Напиток	7а/628-96	Чай с сахаром (сах. 10 гр)	200	2,61	37,4	0,1	0	9,98
	Сладкое бл	ТТК №39а	Компот из яблок и груш (сах. 15 гр)	200	14,95	86,7	0,16	0	22,85
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	25	1,57	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 узд.	ТТК №43	Булочка с узюмом	50	12,55	157	4,3	4,9	25,7
Мучные узд.	3/769-04	Булочка Домашняя	50	6,14	193,48	3,69	6,92	31,2	
			Итого						
			Итого		0	0	0	0	0
			Итого		0	0	0	0	0

Зам. Директора по ОП

Н.В. Тарасова

Меню на 09 сентября 2024 г. (фуршетный стол 11 класс)



Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А. Иванова

Школа

МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева

Отд./корп

День

09.09.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	Холодн. закуск	15/42-04	Салат из б/к капусты с яблоками	100	15,64	135,44	1,29	4,99	10,61
	Холодн. закуск	ТТК №80	Салат Огородничий-1	100	27,54	109,2	1,98	7,49	8,84
	Первое бл	17/133-04	Суп картофельный	250	18,62	121,22	2,56	2,3	23,03
	2 блюдо	ТТК №79а	Подажка из филе индейки	50/15	91,11	210,35	15,4	15,3	3,03
	2 блюдо	0018а/416-96	Шницель рубленый	75	101,82	205,53	12,99	11,05	14,34
	2 блюдо	0039/528-96	Соус красный основной	50	1,99	14,1	0,25	0,62	1,99
	Гарнир	4/469-96	Макаронные изделия отварные	180	14,74	244,82	6,44	5,1	46,08
	Гарнир	20/523-04	Капуста отварная	150	26,85	96	2,85	5,7	7,35
	Напиток	ТТК №12	Напиток из сухофруктов	200	9,74	144,42	1,33	0	37,3
	Напиток	ТТК №54	Напиток арбузный с черной смородиной	200	17,38	102,26	0,15	0	27,03
	Напиток	7а/628-96	Чай с сахаром (сах. 10 гр)	200	2,61	37,4	0,1	0	9,98
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	25	2,02	58,25	1,9	0,15	13,075
	Хлеб рж/пшхен	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизированный	20	1,43	43	1,36	0,24	9,28
	Мучные изд.	3/769-04	Булочка Домашняя	50	6,14	193,48	3,69	6,92	31,2
Мучные изд.	ТТК №13	Булочка Оригинальная	50	7,57	176,3	3,99	4,84	31,18	
			Итого						
			Итого		0	0	0	0	0
			Итого		0	0	0	0	0
			Итого		0	0	0	0	0

Зам. директора по ОП ИГТ Иванова Е.А.

Н.В. Тарасова



Меню на 11 сентября 2024г. (фуршетный стол 11 класс)



Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А.Иванова

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Отд./корп	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	День	
										11.09.2024	
Обед	Холодн. закуск	2/19-04	Салат из св. помидоров*	100	27,24	102,64	0,55	9,99	2,64		
	Холодн. закуск	ТТК №99а	Салат фруктовый	60	25,79	26,34	0,42	0	6,16		
	Первое бл	1/120-96	Щи из св. капусты с картофелем	250	13,07	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	0052/297-96	Запеканка из творога (яйцо, манна)	150	113,75	385	25,89	19,36	31,4		
	2 блюдо		Молоко сгущенное с сахаром	15	7,82	47,25	1,13	1,27	8,4		
	2 блюдо	ТТК №38	Комплета "Нежная" (яйцо)	50	63,48	183,7	9,02	12,48	6,2		
	2 блюдо	0039/528-96	Соус красный основной	50	2,05	23,5	0,42	1,03	3,32		
	Гарнир	ТТК-41	Картофель, запеченный с сыром	150	51,94	176,3	3,44	6,49	27,65		
	Напиток	7а/628-96	Чай с сахаром (сах. 10 гр)	200	2,61	37,4	0,1	0	9,98		
	Напиток	ТТК №12	Напиток из сухофруктов	200	9,74	144,42	1,33	0	37,3		
	Хлеб белый	ТК №11	Хлеб в/с витаминизированный	25	1,9	58,25	1,9	0,15	13,075		
	Хлеб рж/лшн	ТК №11	Хлеб Дарницкий витаминизирован	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64		
	Мучные изд.	ТТК №17	Булочка с посыпкой	50	7	183,3	4,38	5,7	30,6		
	Мучные изд.	ТТК №13	Булочка Оругинальная	50	7,57	176,3	3,99	4,84	31,18		
				Итого		0	0	0	0	0	
			Итого		0	0	0	0	0		

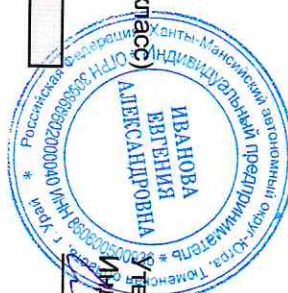
Зам. директора по ОП ИП Иванова Е.А. Н.В. Тарасова



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

МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева

Отд./корп



Итверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А. Иванова
 День 12.09.2024

Меню на 12 сентября 2024 г. (фуршетный стол 11 класс)

Прием. пицци	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
166 руб.	Холодн. закус	9/24-04	Салат Полоньский	100	27,01	123,2	1,48	9,99	7,032
	Холодн. закус.	ТК №23	Салат из моркови с яблоками	100	14,84	61,85	1,015	0,075	15,4
	Первое бл	8/138-96	Суп картофельный с горохом и ар	250/20	13,7	220,97	8,35	4,2	39,7
	2 блюдо	0047/460-1996	Комплета рубленая из филе кур	75	59,6	231,75	16,57	17,82	7,5
	2 блюдо	008/418-96	Зразы рубленые	70	73,36	182,33	9,67	11,22	11,3
	2 блюдо	0039/528-96	Соус красный основной	30	1,23	14,1	0,25	0,62	1,99
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	25,2	154,3	3,26	4,69	26,3
	Гарнир	4/469-96	Макаронные изделия отварные	150	12,29	204,02	5,37	4,27	38,4
	Напиток	7а/628-96	Чай с сахаром (сах. 10 гр)	200	2,61	37,4	0,1	0	9,98
	Сладкое бл	3а/631-04	Компот из св яблок (сах. 15 гр)	200	12,87	92,9	0,08	0	24,57
	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 витаминизирова	10	0,7	21,5	0,68	0,12	4,64
	Мучные изд.	ТТК №23	Пицца школьная с колбасой	60	23,86	166,06	5,93	6,24	21,71
Мучные изд.	ТТК №31	Плюшка с маком	50	10,27	154	4,07	5,1	22,7	
			Итого		0	0	0	0	0
			Итого		0	0	0	0	0

Зам. директора по О.П.

Н.В. Тарасова



Меню на 03 сентября 2024 г (сахарный диабет)

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



Идентификационный предприниматель
Е.А. Иванова
День 03.09.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак Комплекс №1 166 руб	2 блюдо	ТТК №49	Оладьи из пшена (яйцо)	75	77,15	239,6	20,01	16,99	1,67
	Гарнир	1/4/72-96	Пюре картофельное	150	25,2	154,3	3,26	4,69	26,3
	Доп. гарнир	22/97-04	Перец сладкий болгарский	25	17,16	5,75	0,33	0	1,18
	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/т24-96	Яблоко св.	176	38,83	80,5	0,7	0	19,8
			Итого		166	509,15	24,61	21,71	54,15
Завтрак Комплекс №2	2 блюдо	ТТК №74а	Биф рубленый из индейки	50	80,45	135,2	9,75	10,17	1,19
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная паста)	25	4,01	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	ТТК №29	Рис с овощами	150	30,13	168,25	3,28	5,67	42,06
	Доп. гарнир	22/97-04	Перец сладкий болгарский	25	17,16	5,75	0,33	0	1,18
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,06	1	0,2	0	0
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	6,79	28	0,11	0,03	5,2
Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	120	26,4	55,2	0,48	0	13,6	
			Итого		166	410,68	14,4	16,87	64,9
Обед 248руб.	Уютн. закус	1/60-04	Салат по-цехкински	100	24,91	103,04	0,68	9,99	2,64
	Первое бл	14/129-96	Рассольник Ленинградский(помид.)	250	18,85	124,5	2,58	4,3	19,4
	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	0037/420-96	Рулет с луком и яйцом	100	124,69	220	14,57	12,8	12,27
	Гарнир	6/464-96	Рис отварной	180	25,01	262,85	4,64	6,26	50,22
2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная паста)	25	4,02	17,28	0,25	1	1,67	
Сладкое бл	12а/638-04	Напиток из кураги (без сахара)	200	10	54,4	1,04	0	13,18	
Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	15	7,58	42	0,16	0,004	7,8	
			Итого		248	874,49	27,224	38,334	107,54

Зам. директора по О.П. Н.В. Тарасова



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

Меню на 04 сентября 2024 г (сахарный диабет)



Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А. Иванова

Школа	МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева	№ реч.	Блюдо	Отд./корп	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	День	
Приём пищи	Раздел									04.09.2024	
Завтрак Комплекс №1 166 руб.	Холодн.закус	7/97-04	Сыр порц	20	30,8	72,2	5,36	5,46	0		
	2 блюдо	ТТК №66	Тертелги из курицы тушеные в со	80/40	65,47	234,23	9,55	15,27	15,51		
	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	150	12,94	207,72	7,01	4,78	37,56		
	Холодн.закус	8/97-04	Помидоры свежие	45	12,39	6,3	0,27	0	1,3		
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,53	1	0,2	0	0		
	Хлеб		Хлебцы злаковые (зречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2		
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	165	36,27	75,9	0,66	0	18,6		
Завтрак		Итого			166	625,35	23,16	25,54	78,17		
Комплекс №2 166 руб.	Холодн.закус	7/97-04	Сыр порц	15	23,1	54,15	4,02	4,095	0		
	2 блюдо	007/41-96	Бифштекс нр	53	112,43	177,2	12,72	14,04	0,045		
	Гарнир	004/92/14/96	Морковь, тушеная с рисом	125	23,71	150,6	2,26	6,37	22,4		
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,06	1	0,2	0	0		
	Хлеб		Хлебцы злаковые (зречневые)	10	5,7	28	0,11	0,03	5,2		
			Итого			166	410,95	19,31	24,535	27,645	
	Обед Комплекс №1	Холодн.закус	17/27-96	Салат Витаминный (ябл. и морко	100	15,88	98,03	1,1	5,02	12,73	
	Первое бл	13/110-96	Борщ с капустой и картоф., помид	250	18,19	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	10	5,2	20,5	0,28	2	0,36		
	2 блюдо	001/1476-97	Комплетта Домашняя (яйцо)	75	79,73	343,35	15,56	17,27	33,3		
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная паст	25	4,13	17,28	0,25	1	1,67		
	Гарнир	11/470-96	Картофель отварной	100	16,1	106,14	2,046	2,64	19,73		
	Гарнир	8а/482-96	Капуста тушеная	80	13,4	66,1	1,9	2,8	8,7		
	Напиток	11а/705-04	Отвар из шиповника (без сахара)	200	10,4	50,6	0,8	0	12		
	Хлеб		Хлебцы злаковые (зречневые)	10	5,92	28	0,11	0,03	5,2		
	Фрукты	14/т24-96	Груша	135	51,31	56,7	0,54	0	14,45		
			Итого		248	892,64	27,46	34,42	121,26		

Зам. директора по ОП

Н.В. Тарасова



Меню на 05 сентября 2024г. (сахарный диабет)

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

Школа МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева

Отд./корп

День

05.09.2024



Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А. Иванова

Прйем. пища	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак комплекс №1 166 руб.	2 блюдо	0060/362-04	Пудинг из теорога (без изюма)	135	93,7	334,75	22,14	15,7	26,9
	2 блюдо	0069/549-96	Соус молочный (крахмал)	50	9,92	64,8	1,09	3,01	8,73
	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/т24-96	Груша	145	54,72	60,9	0,58	0	15,4
			Итого		166	489,45	24,12	18,74	56,23
Завтрак комплекс №2 166руб.	Холодн.закус	7/97-04	Сыр порч	10	15,4	36,1	2,68	2,73	0
	2 блюдо	ТТК №78	Копченая натуральная рубленая	50	100,22	151,76	11,8	11,4	0,7
	Холодн.закус	8/97-04	Помидоры свежие	15	4,13	2,1	0,09	0	0,44
	гарнир	11/470-96	Картофель отварной	100	16,1	106,14	2,046	2,64	19,73
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,06	1	0,2	0	0
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	7,09	28	0,11	0,03	5,2
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	100	22	46	0,4	0	11,3
			Итого		166	371,1	17,326	16,8	37,37
Обед комплекс №1 248 руб.	Холодн.закус	ТТК №88	Салат свекольный с огурцами (кол)	100	23,43	60,1	2,1	2,5	7
	Первое бл	7/132-96	Суп из овощей	250	12,76	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	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	003/394-96	Жаркое по-домашнему	50/125	149,96	284,33	17,35	14,89	21,46
	Гарнир	20/523-04	Калупта отварная брокколи	25	11,69	13,2	0,5	0,65	1,42
	Сладкое бл	ТТК №39а	Компот из яблок и груш (сах. 15 ар	200	14,95	86,7	0,16	0	22,85
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	4,87	28	0,11	0,03	5,2
			Итого		248	608	25,234	25,32	70,148

Зам. директора по ОП

Н.В. Тарасова



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

Меню на 06 сентября 2024г (сахарный диабет)



Утверждено
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А. Иванова

Школа	МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева	Раздел	№ рец.	Блюдо	Отд./корп	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Прием пищи	2 блюдо	ТТК №1	Комплетта по-волжски(минтай)	75	70,89	295,2	13,87	24,64	4,8	
		2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная паста)	25	4,02	17,28	0,25	1	1,67	
Комплекс №1 166 руб.		Гарнир	ТТК №29	Рис с овощами	150	30,13	168,25	3,28	5,67	42,06	
		Доп. гарнир	8/97-04	Помидоры свежие	30	8,26	4,2	0,18	0	0,87	
		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/т24-96	Мандарин св.	150	45,04	57	1,2	0	12,9	
		Итого					166	570,93	19,09	31,34	67,5
Завтрак		Доп. гарнир	8/97-04	Помидоры свежие	30	8,26	4,2	0,18	0	0,87	
		2 блюдо	ТТК №64	Филе птицы запеченное	80	100,16	277,5	14,48	23,95	0,58	
Комплекс №2 166 руб.		2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная паста)	25	4,02	17,28	0,25	1	1,67	
		Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	150	12,94	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)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2	
		Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	150	32,96	69	0,6	0	16,95	
		Итого					166	604,7	22,83	29,76	62,83
Обед		Холодн. закус	ТТК №81а	Салат из кукурузы с яйцом (конс)	60	24,73	60,6	2,43	4,4	3,45	
		Первое бл	9/38-04	Суп картофельный с клецками	250/30	15,19	113,78	2,63	3,53	18,97	
Комплекс №1 248 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	119,14	239,7	18,35	16,1	2,5	
		Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	180	30,27	154,3	3,26	4,69	26,3	
		Напиток	ТТК №103	Напиток витамин. "Витшоика"	200	17,6	78	0	0	19,4	
		Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	20	13,33	56	0,22	0,06	10,4	
		Итого					248	732,3	29,914	30,76	81,02

Зам. директора по ОГТ

Н.В. Тарасова



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

Меню на 09 сентября 2024 г. (сахарный диабет)

Школа

МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева

Отд./корп

День

09.09.2024



Утверждено
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А. Иванова

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1 комплект 166руб.	2 блюдо	0029/262-96	Каша молочная пшеничная	200/10	32,47	280,72	7,76	11,64	38,55
	2 блюдо	0020/413-04	Сосиски отварные	60	54,63	166,2	7,38	15,18	0
166руб.	Холодн.закус	22/97-04	Перец сладкий болгарский	40	27,56	9,2	0,52	0	1,88
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,06	1	0,2	0	0
	Хлеб		Хлебцы злаковые (зречневые)	10	5,28	28	0,11	0,03	5,2
	Фрукты	14/т24-96	Мандарин	150	45	57	1,2	0	12,9
166руб.			Итого		166	542,12	17,17	26,85	58,53
Завтрак 2 комплект 166 руб.	2 блюдо	ТТК №79а	Поджарка из филе индейки	50/15	91,11	210,35	15,4	15,3	3,03
	Гарнир	20/523-04	Калусла отварная	150	26,85	96	2,85	5,7	7,35
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,06	1	0,2	0	0
	Хлеб		Хлебцы злаковые (зречневые)	10	7,08	28	0,11	0,03	5,2
	Фрукты	14/т24-96	Груша	105	39,9	44,1	0,42	0	11,23
			Итого		166	379,45	18,98	21,03	26,81
Обсд 243 руб.	Холодн.закус	ТТК №80	Салат Огородничий-1	100	27,54	109,2	1,98	7,49	8,84
	Первое бл	11/135-96	Суп картоф. с фрикадельками	25/250	63,92	161,54	7,96	5,39	21,5
	2 блюдо	0018а/416-96	Шницель рубленый	75	101,82	205,53	12,99	11,05	14,34
	2 блюдо	0051/а/593-04	Соус томатный(с помидорами)	30	7,46	20,78	0,3	1,08	2
	Гарнир	9/482-96	Калусла тушеная	150	25,37	111,42	3,59	3,83	15,84
	Сладкое бл	3а/631-04	Компот из све яблок (без сахара)	200	10,39	41,4	0,09	0	10,8
	Хлеб		Хлебцы злаковые (зречневые)	20	11,5	56	0,22	0,06	10,4
			Итого		248	705,87	27,13	28,9	83,72

Зам. директора по ОП ИП Иванова Е.А.

Н.В. Тарасова



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

Меню на 10 сентября 2024 г. (сахарный диабет)

МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева

Отд./корп

День

10.09.2024



Иванова
 Евгения
 Александровна
 Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А. Иванова

Прием/пидии	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 166 руб.	Холодн.закус	7/97-04	Сыр порц	15	23,1	54,15	4,02	4,095	0
	2 блюдо	ТТК №33	Голубцы Любительские	85/50	81,37	178,2	9,58	10,53	11,95
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	25,2	154,3	3,26	4,69	26,3
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,06	1	0,2	0	0
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	7,77	28	0,11	0,03	5,2
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко се.	125	27,5	57,5	0,5	0	14,13
Завтрак комплекс №2 166 руб.			Итого		166	473,15	17,67	19,345	57,58
	Холодн.закус	7/97-04	Сыр порц	13	19,74	47	3,5	3,54	0
	2 блюдо	ТТК №74	Биф рубленый	80	111,01	216,24	15,58	16,27	1,9
	Гарнир	7/487-96	Рагу овощное	150	31,33	137,54	2,8	6,4	16,78
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,06	1	0,2	0	0
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	5	2,86	14	0,055	0,015	2,6
Обед 248 руб.			Итого		166	415,78	53,635	26,225	21,28
	Холодн.закус	1/60-04	Салат по-цехински	100	24,91	103,04	0,68	9,99	2,64
	Первое бл	2/110-96	Борщ с капустой и картофелем	250	14,47	76,02	1,85	1,68	13,12
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	001/375-96	Бефстроганов	50/50	152,43	281,2	16,4	21,4	6,076
	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	180	15,51	265,5	8,8	6,14	47,24
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,06	1	0,2	0	0
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	5,02	28	0,11	0,03	5,2
	Фрукты	14/т24-96	Апельсин	100	32	38	0,9	0	8,4
				Итого		248	803,01	29,08	40,24

Зам. директора по О.П.

(Signature)

Н.В. Тарасова



Меню на 11 сентября 2024 г. (сахарный диабет)



Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А. Иванова

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Отд./корп	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	День
Завтрак 1 комплект 166 руб.	2 блюда	0052/297-96	Запеканка из творога (яйцо, манна)		150	113,75	385	25,89	19,36	31,4	11.09.2024
	2 блюда	0069/549-96	Соус молочный		50	9,92	64,8	1,09	3,01	8,73	
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара		200	1,06	1	0,2	0	0	
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)		10	6,07	28	0,11	0,03	5,2	
	Фрукты	14/м24-96	Яблоко св.		160	35,2	73,6	0,64	0	18,08	
				Итого			166	552,4	27,93	22,4	63,41
Завтрак 2 комплект 166 руб.	2 блюда	ТТК №78	Комплетта натурал. рубленая (гов.)		50	100,22	151,76	11,8	11,4	0,7	
	Гарнир	11/470-96	Картофель отварной		100	16,1	106,14	2,046	2,64	19,73	
	Холодн.закус	8/97-04	Помидоры свежие		40	11,02	5,6	0,24	0	1,16	
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара		200	1,06	1	0,2	0	0	
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)		5	2,4	14	0,055	0,015	2,6	
	Фрукты	14/м24-96	Яблоко св.		160	35,2	73,6	0,64	0	18,08	
			Итого			166	352,1	14,981	14,055	42,27	
Обед 248 руб.	Холодн.закус	5/22-04	Салат из св. помид. с перцем		100	34,22	107,34	0,8	9,99	3,66	
	Первое бл	1/120-96	Щи из св.капусты с картофелем		250	13,07	81,4	1,89	3,67	9,605	
	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	0,14	0,018	
	2 блюдо	ТТК №38	Комплетта "Нежная" (яйцо)		75	96,63	275,6	13,53	18,72	9,31	
	2 блюдо	0039/528-96	Соус красный основной		30	1,23	14,1	0,25	0,62	1,99	
	Гарнир	ТТК-41	Картофель, запеченный с сыром		150	51,94	176,3	3,44	6,49	27,65	
	Напиток	11а/705-04	Отвар из шиповника (без сахара)		200	10,4	50,6	0,8	0	12	
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)		15	10,17	42	0,16	0,004	7,8	
			Итого			248	787,51	24,034	42,474	72,033	

Зам. директора по ОП ИГ Иванова Е.А.

Н.В. Тарасова



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

МБОУ Гимназия им. А. И. Яковлева

Отд./корп

Меню на 12 сентября 2024г. (сахарный диабет)



ИВАНОВА
 ЕВГЕНИЯ
 АЛЕКСАНДРОВНА
 Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А. Иванова
 День 12.09.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Холодн.закус	7/97-04	Сыр порц	15	23,1	54,15	4,02	4,095	0
	2 блюдо	0047/460-1996	Комплетта рубленая из филе кур	75	59,6	231,75	16,57	17,82	7,5
	Гарнир	4/469-96	Макаронные изделия отварные	150	12,29	204,02	5,37	4,27	38,4
	Холодн.закус	22/97-04	Перец сладкий болгарский	20	14,04	4,6	0,26	0	0,94
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,06	1	0,2	0	0
	Хлеб		Хлебцы злаковые (зречневые)	10	4,61	28	0,11	0,03	5,2
	Фрукты	14/м24-96	Груша	135	51,3	56,7	0,54	0	14,45
			Итого		166	580,22	27,07	26,215	66,49
	Холодн.закус	8/97-04	Огурец свежий	30	3,98	3	0,21	0	0,34
	2 блюдо	007/411-96	Бифштекс н/р	53	112,43	177,2	12,72	14,04	0,045
комплекс №2 166 руб.	2 блюдо	0039/528-96	Соус красный основной	30	1,2	14,1	0,25	0,62	1,99
	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	150	12,94	265,5	8,8	6,14	47,24
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,06	1	0,2	0	0
	Хлеб		Хлебцы злаковые (зречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2
	Фрукты	14/м24-96	Яблоко св.	130	27,79	59,8	0,52	0	14,7
			Итого		166	548,6	22,81	20,83	69,515
	Холодн.закус	9/24-04	Салат Полоньский	100	27,34	123,2	1,48	9,99	7,032
	Первое бл	8/138-96	Суп картофельный с горохом и гр	250/20	13,7	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	137,94	200,64	15,75	13,66	1,09
2 блюдо	0039/528-96	Соус красный основной	30	1,2	14,1	0,25	0,62	1,99	
Обед 248 руб.	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	25,2	154,3	3,26	4,69	26,3
	Сладкое бл	За/631-04	Компот из св яблок (без сахара)	200	10,39	41,4	0,09	0	10,8
	Хлеб		Хлебцы злаковые (зречневые)	10	4,49	28	0,11	0,03	5,2
			Итого		248	812,53	32,314	35,17	92,112

Зам. директора по О.Г.

Н.В.Тарасова



Согласовано
Директор МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева
Е.А. Иванова

Меню на 13 сентября 2024г (сахарный диабет)



Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А. Иванова

Школа	МБОУ Гимназия им. А.И. Яковлева	№ рец.	Блюдо	Отд./корп	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Принем. пищи	Раздел	№ рец. <td rowspan="2">Блюдо</td> <td rowspan="2">Выход, г</td> <td rowspan="2">Цена</td> <td rowspan="2">Калорийность</td> <td rowspan="2">Белки</td> <td rowspan="2">Жиры</td> <td rowspan="2">Углеводы</td>	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Холодн. закуск	8/97-04	Помидоры свежие	30	8,26	4,2	0,18	0	0,87
		Холодная закуска	Рйцо вареное	40	17,4	62,8	5,1	4,6	0,28
Комплекс №1 166 руб.	2 блюдо	0036/444-04	Плов по-узбекски	30/150	106,04	409,4	13,77	21,58	42,68
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,06	1	0,2	0	0
	Хлеб	14/м24-96	Хлебцы злаковые (гречневые)	10	6,84	28	0,11	0,03	5,2
	Фрукты		Яблоко св.	120	26,4	55,2	0,48	0	13,6
Завтрак	Холодн. закус	7/97-04	Итого		166	560,6	19,84	26,21	62,63
	Холодн. закус	8/97-04	Сыр порц	15	23,1	54,15	4,02	4,095	0
Комплекс №2 166 руб.	2 блюдо	ТТК №95а	Помидоры свежие	40	11,02	5,6	0,24	0	1,16
	2 блюдо	0039/528-96	Суджле из филе курицы	100	111,84	277,9	22,28	19,9	1,04
	Гарнир	5/463-96	Соус красный основной	30	1,23	14,1	0,25	0,62	1,99
	Напиток	7/628-96	Гречка отварная	150	12,94	207,72	7,01	4,78	37,56
Обед	Хлеб		Чай без сахара	200	1,06	1	0,2	0	0
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	4,81	28	0,11	0,03	5,2
248 руб.	Холодн. закус	20/49-04	Итого		166	588,47	34,11	29,425	46,95
	Первое бл	14/129-96	Салат из моркови	100	12,3	50,4	1,25	0,096	11,71
	Первое бл	13/м.1-04	Рассольник Ленинградский(помид., сметана для 1 блюда	250	18,85	124,5	2,58	4,3	19,4
	2 блюдо	ТТК №60/а	Сарделька "Рябушка"припуц.	5	2,6	10,25	0,14	1	0,018
	Гарнир	12/216-04	Картофель тушеный	90	91,3	250,69	11,5	19,27	8,3
	Гарнир	20/523-04	Картофель отварная брокколи	150	37,99	181,5	3,15	9,6	27,75
	Напиток	11а/705-04	Отвар из шиповника (без сахара)	25	11,69	13,2	0,5	0,65	1,42
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	200	10,4	50,6	0,8	0	12
	Фрукты	14/м24-96	Апельсин	15	10,57	42	0,16	0,004	7,8
	Итого			138	52,3	53,2	1,26	0	11,76
			Итого		248	776,34	21,34	34,92	100,158

Зам. директора по ОП

Н.В. Тарасова