





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

Меню на 19 сентября 2024г. (фуршетный стол, 11 класс)

Школа  Отд./корп



Утверждаю  
 Индивидуальный предприниматель  
 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      | 24,2   | 60,1         | 2,1   | 2,5   | 7        |
|             | Холодн.закус | ТТК №99а          | Салат Фруктовый                    | 60       | 25,17  | 26,34        | 0,42  | 0     | 6,16     |
|             | Первое бл    | 7/132-96          | Суп из овощей                      | 250      | 12,73  | 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      | ТТК№74            | Биф рубленный (индейка)            | 80       | 110,93 | 216,24       | 15,58 | 16,27 | 1,9      |
|             | 2 блюдо      | 0039/528-96       | Соус красный основной              | 30       | 1,2    | 14,1         | 0,25  | 0,62  | 1,99     |
|             | Гарнир       | 4/469-96          | Макаронные изделия отварные        | 150      | 12,29  | 204,02       | 5,37  | 4,27  | 38,4     |
|             | 2 блюдо      | 0060/362-04       | Пудинг из творога (без изюма)      | 135      | 93,21  | 334,75       | 22,14 | 15,7  | 26,9     |
|             | 2 блюдо      |                   | Молоко сгущенное с сахаром         | 20       | 10     | 63           | 1,44  | 1,7   | 11,2     |
|             | Напиток      | 7а/628-96         | Чай с сахаром (сах.10 гр)          | 200      | 2,5    | 37,4         | 0,1   | 0     | 9,98     |
|             | Сладкое бл   | ТТК №39а          | Компот из яблок и груш (сах.15 гр) | 200      | 13,89  | 86,7         | 0,16  | 0     | 22,85    |
|             | Хлеб белый   | ТК №11            | Хлеб в/с витаминизированный        | 20       | 1,41   | 46,6         | 1,52  | 0,12  | 10,46    |
|             | Хлеб рж/пшен | ТК №11            | Хлеб Дарницкий витаминизирован     | 10       | 0,74   | 21,5         | 0,68  | 0,12  | 4,64     |
|             | Мучные изд.  | 3/769-04          | Булочка Домашняя                   | 50       | 6,08   | 193,48       | 3,69  | 6,92  | 31,2     |
| Мучные изд. | ТТК №116     | Булочка с корицей | 65                                 | 12,13    | 249,3  | 5,27         | 8,07  | 41,6  |          |
|             |              |                   | Итого                              |          |        |              |       |       |          |
|             |              |                   |                                    |          |        |              |       |       |          |
|             |              |                   |                                    |          |        |              |       |       |          |
|             |              |                   | Итого                              |          | 0      | 0            | 0     | 0     | 0        |
|             |              |                   |                                    |          |        |              |       |       |          |
|             |              |                   |                                    |          |        |              |       |       |          |
|             |              |                   | 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 18 сентября 2024 г (фуршетный стол 11 класс)



Утверждаю  
 Индивидуальный предприниматель  
 Е.А.Иванова

| Школа      | МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева |             |                                   | Отд./корп |       |              | День  |       |          | 18.09.2024 |
|------------|--------------------------------|-------------|-----------------------------------|-----------|-------|--------------|-------|-------|----------|------------|
| Прием пищи | Раздел                         | № рец.      | Блюдо                             | Выход, г  | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |            |
| 166руб.    | Холодн.закус                   | 17/27-96    | Салат Витаминный (ябл. и моркв    | 100       | 15,81 | 98,03        | 1,1   | 5,02  | 12,73    |            |
|            | Холодн.закус                   | 5а/22-04    | Салат из св.помид.с перцем*       | 60        | 18,66 | 64,4         | 0,48  | 5,99  | 2,2      |            |
|            | Первое бл                      | 13/110-96   | Борщ с капустой и картоф.,помид   | 250       | 17,45 | 76,02        | 1,85  | 1,68  | 13,12    |            |
|            | Первое бл                      | 13/м. 1-04  | Сметана для 1 блюда               | 10        | 5,2   | 20,5         | 0,28  | 2     | 0,36     |            |
|            | 2 блюдо                        | 0011/476-97 | Котлета Домашняя (яйцо)           | 75        | 79,72 | 343,35       | 15,56 | 17,27 | 33,3     |            |
|            | 2 блюдо                        | ТТК №66     | Тефтели из курицы тушеные в со    | 80/40     | 69,96 | 234,23       | 9,55  | 15,27 | 15,51    |            |
|            | 2 блюдо                        | 0051/593/04 | Соус томатный (томатная паст      | 25        | 4,03  | 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                   | 50        | 8,41  | 41,3         | 1,17  | 1,76  | 5,27     |            |
|            | Напиток                        | 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       | 2,5   | 37,4         | 0,1   | 0     | 9,98     |            |
|            | Напиток                        | ТТК №105а   | Напиток плодово-ягодный (сах. 10г | 200       | 15,52 | 58,16        | 0,13  | 0     | 15,24    |            |
|            | Хлеб белый                     | ТК №11      | Хлеб в/с витаминизированный       | 25        | 2,11  | 58,25        | 1,9   | 0,15  | 13,075   |            |
|            | Хлеб рж/пшен                   | ТК №11      | Хлеб Дарницкий витаминизирован    | 10        | 0,74  | 21,5         | 0,68  | 0,12  | 4,64     |            |
|            | Мучные изд.                    | ТТК №13     | Булочка Оригинальная              | 50        | 7,57  | 176,3        | 3,99  | 4,84  | 31,18    |            |
|            | Мучные изд.                    | ТТК №31     | Рогалик с маком                   | 50        | 9,89  | 156,8        | 3,74  | 3,6   | 29,15    |            |
|            |                                |             | Итого                             |           |       |              |       |       |          |            |
|            |                                |             |                                   |           |       |              |       |       |          |            |
|            |                                |             |                                   |           |       |              |       |       |          |            |
|            |                                |             |                                   |           |       |              |       |       |          |            |
|            |                                |             | Итого                             |           | 0     | 0            | 0     | 0     | 0        | 0          |
|            |                                |             |                                   |           |       |              |       |       |          |            |
|            |                                |             |                                   |           |       |              |       |       |          |            |
|            |                                |             | Итого                             |           | 0     | 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 17 сентября 2024 г (фуршетный стол 11 класс)

Школа

МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева

Отд./корп



Утверждаю

Индивидуальный предприниматель

Е.А.Иванова

День

17.09.2024

| Прием пищи      | Раздел       | № рец.      | Блюдо                           | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|-----------------|--------------|-------------|---------------------------------|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Обед<br>166 руб | Холодн.закус | 1/60-04     | Салат по-щекински               | 60       | 16,07 | 61,8         | 0,41  | 5,99  | 1,58     |
|                 | Холодн.закус | 15/42-04    | Салат из б/к капусты с яблоками | 100      | 15,56 | 135,44       | 1,29  | 4,99  | 10,61    |
|                 | Первое бл    | 14/129-96   | Рассольник Ленинградский(помид, | 250      | 18,14 | 124,5        | 2,58  | 4,3   | 19,4     |
|                 | Первое бл    | 13/т.1-04   | Сметана для 1 блюда             | 10       | 5,2   | 20,5         | 0,28  | 2     | 0,36     |
|                 | 2 блюдо      | 0019/458-04 | Рулет с луком и яйцом           | 70       | 81,01 | 154          | 10,2  | 8,97  | 8,58     |
|                 | 2 блюдо      | ТТК №49     | Оладьи из печени (яйцо)         | 75       | 77,01 | 239,6        | 20,01 | 16,99 | 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     |
|                 | 2 блюдо      | 0051/593/04 | Соус томатный (томатная паст    | 25       | 4,03  | 17,28        | 0,25  | 1     | 1,67     |
|                 | Сладкое бл   | 12/638-04   | Компот из кураги                | 200      | 13,28 | 129,2        | 1,04  | 0     | 33,14    |
|                 | Напиток      | 7а/628-96   | Чай с сахаром (сах.10 гр)       | 200      | 2,5   | 37,4         | 0,1   | 0     | 9,98     |
|                 | Хлеб белый   | ТК №11      | Хлеб в/с витаминизированный     | 30       | 2,52  | 69,9         | 2,28  | 0,18  | 15,69    |
|                 | Хлеб рж/пшен | ТК №11      | Хлеб Дарницкий витаминизирован  | 15       | 1,12  | 32,25        | 1,02  | 0,18  | 6,96     |
|                 | Мучные изд.  | ТТК №16     | Булочка с повидлом              | 100      | 15,8  | 328,7        | 7,6   | 7,29  | 62,2     |
|                 | Мучные изд.  | ТТК №20     | Булочка с сыром                 | 50       | 20,49 | 173,55       | 6,28  | 6,29  | 24,3     |
|                 |              |             |                                 | Итого    |       |              |       |       |          |
|                 |              |             |                                 |          |       |              |       |       |          |
|                 |              |             |                                 |          |       |              |       |       |          |
|                 |              |             | 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 16 сентября 2024 г.(фуршетный стол,11 класс)



Утверждаю  
 Индивидуальный предприниматель  
 Е.А.Иванова

Школа

МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева

Отд./корп

День

16.09.2024

| Прием пищи | Раздел       | № рец.      | Блюдо                             | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|--------------|-------------|-----------------------------------|----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| 166 руб.   | Холодн.закус | 20/49-04    | Салат из моркови                  | 100      | 12,24  | 50,4         | 1,25  | 0,096 | 11,71    |
|            | Холодн.закус | ТТК №92     | Салат Огородничий (с морковью)    | 100      | 19,11  | 84           | 1,65  | 5,02  | 8,4      |
|            | Первое бл    | 12/120-96   | Щи из св.капусты с карт.,помидор  | 250      | 19,37  | 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      | ТТК №38     | Котлета "Нежная" (яйцо)           | 75       | 96,54  | 275,6        | 13,53 | 18,72 | 9,31     |
|            | 2 блюдо      | 0062/463-04 | Тефтели из говядины с рисом (пар) | 75/30    | 101,71 | 156,87       | 11,53 | 9,29  | 7,25     |
|            | Гарнир       | 4/469-96    | Макаронные изделия отварные       | 180      | 14,74  | 244,82       | 6,44  | 5,1   | 46,08    |
|            | Гарнир       | 11/470-96   | Картофель отварной                | 100      | 16,1   | 106,14       | 2,046 | 2,64  | 19,73    |
|            | Напиток      | ТТК №103    | Напиток витамин."Витошка"         | 200      | 17,6   | 78           | 0     | 0     | 19,4     |
|            | Напиток      | 7а/628-96   | Чай с сахаром (сах.10 гр)         | 200      | 2,5    | 37,4         | 0,1   | 0     | 9,98     |
|            | Хлеб белый   | ТК №11      | Хлеб в/с витаминизированный       | 25       | 2,17   | 58,25        | 1,9   | 0,15  | 13,075   |
|            | Хлеб рж/пшен | ТК №11      | Хлеб Дарницкий                    | 10       | 0,74   | 21,5         | 0,68  | 0,12  | 4,64     |
|            | Мучные изд.  | 12/687-96   | Пирожок печеный с яблоками        | 60       | 12,48  | 172,19       | 3,7   | 3,5   | 33,63    |
|            | Мучные изд.  | ТТК №14     | Булочка Ромашка                   | 50       | 7,61   | 176,5        | 4     | 4,8   | 31,18    |
|            |              |             |                                   | Итого    |        |              |       |       |          |
|            |              |             |                                   |          |        |              |       |       |          |
|            |              |             |                                   |          |        |              |       |       |          |
|            |              |             |                                   |          |        |              |       |       |          |
|            |              |             | Итого                             |          | 0      | 0            | 0     | 0     | 0        |
|            |              |             |                                   |          |        |              |       |       |          |
|            |              |             |                                   |          |        |              |       |       |          |
|            |              |             | 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  
 Н.Б.Овденко

Меню на 20 сентября 2024г (сахарный диабет 7-11лет,1 смена)

ИВАНОВА  
 Утверждаю  
 Индивидуальный предприниматель  
 Е.А.Иванова

| Школа                              | МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева |             |                                   | Отд./корп |        |              | День   |       |          | 20.09.2024 |
|------------------------------------|--------------------------------|-------------|-----------------------------------|-----------|--------|--------------|--------|-------|----------|------------|
| Прием пищи                         | Раздел                         | № рец.      | Блюдо                             | Выход, г  | Цена   | Калорийность | Белки  | Жиры  | Углеводы |            |
| Завтрак<br>комплекс №1<br>166 руб. | 2 блюдо                        | ТТК №1      | Котлета по-волжски(минтай)        | 75        | 70,75  | 295,2        | 13,87  | 24,64 | 4,8      |            |
|                                    | 2 блюдо                        | 0051/593/04 | Соус томатный (томатная паста)    | 25        | 4,03   | 17,28        | 0,25   | 1     | 1,67     |            |
|                                    | Гарнир                         | 20/523-04   | Капуста отварная                  | 150       | 26,85  | 78,9         | 2,9    | 3,8   | 8,6      |            |
|                                    | Холодн.закус                   | 22/97-04    | Перец сладкий болгарский          | 40        | 26,5   | 9,2          | 0,52   | 0     | 1,88     |            |
|                                    | Напиток                        | 7/628-96    | Чай без сахара                    | 200       | 1,06   | 1            | 0,2    | 0     | 0        |            |
|                                    | Хлеб рж/пшен                   | ТК №11      | Хлеб Дарницкий витаминизирован    | 20        | 1,49   | 43           | 1,36   | 0,24  | 9,28     |            |
|                                    | Фрукты                         | 14/т24-96   | Яблоко св.                        | 160       | 35,32  | 73,6         | 0,64   | 0     | 18,08    |            |
|                                    |                                |             | Итого                             |           | 166    | 518,18       | 19,74  | 29,68 | 44,31    |            |
| Завтрак<br>комплекс №2<br>166 руб. | Доп.гарнир                     | 8/97-04     | Помидоры свежие                   | 25        | 5,87   | 3,5          | 0,15   | 0     | 0,72     |            |
|                                    | 2 блюдо                        | ТТК №64     | Филе птицы запеченное             | 80        | 105,12 | 277,5        | 14,48  | 23,95 | 0,58     |            |
|                                    | 2 блюдо                        | 0051/593/04 | Соус томатный (томатная паста)    | 25        | 4,03   | 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 рж/пшен                   | ТК №11      | Хлеб Дарницкий витаминизирован    | 20        | 1,66   | 43           | 1,36   | 0,24  | 9,28     |            |
|                                    | Фрукты                         | 14/т24-96   | Яблоко св.                        | 160       | 35,32  | 73,6         | 0,64   | 0     | 18,08    |            |
|                                    |                                |             | Итого                             |           | 166    | 623,6        | 24,09  | 29,97 | 67,89    |            |
| Обед<br>комплекс №1<br>248 руб.    | Холодн.закус                   | ТТК №81     | Салат из кукурузы с яйцом (конс.о | 100       | 42,23  | 101          | 4,05   | 7,34  | 5,58     |            |
|                                    | Первое бл                      | 9/38-04     | Суп картофельный с клецками       | 250/30    | 15,21  | 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 соус  | 60/40     | 119,49 | 239,7        | 18,35  | 16,1  | 2,5      |            |
|                                    | Гарнир                         | 1/472-96    | Пюре картофельное                 | 150       | 25,2   | 154,3        | 3,26   | 4,69  | 26,3     |            |
|                                    | Напиток                        | ТТК №103    | Напиток витамин."Витошка"         | 200       | 16,13  | 78           | 0      | 0     | 19,4     |            |
|                                    | Хлеб рж/пшен                   | ТК №11      | Хлеб Дарницкий витаминизирован    | 30        | 2      | 64,5         | 2,04   | 0,36  | 13,92    |            |
|                                    |                                |             | Итого                             |           | 248    | 781,2        | 33,354 | 34    | 86,67    |            |

Зам. директора по ОП

Н.В.Тарасова



Согласовано

Директор МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева

Н.Б.Овденко

Меню на 20 сентября 2024г. (сахарный диабет 7-11 лет, 2 смена)

Утверждаю

Индивидуальный предприниматель

Е.А.Иванова

| Школа                           | МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева |             |                                   | Отд./корп        |        |              | День  |        |          | 20.09.2024 |  |
|---------------------------------|--------------------------------|-------------|-----------------------------------|------------------|--------|--------------|-------|--------|----------|------------|--|
| Прием пищи                      | Раздел                         | № рец.      | Блюдо                             | Выход, г         | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры   | Углеводы |            |  |
| Обед<br>комплекс №1<br>248 руб. | Холодн.закус                   | ТТК №81     | Салат из кукурузы с яйцом (конс.с | 100              | 42,23  | 101          | 4,05  | 7,34   | 5,58     |            |  |
|                                 | Первое бл                      | 9/38-04     | Суп картофельный с клецками       | 250/30           | 15,21  | 113,78       | 2,63  | 3,53   | 18,97    |            |  |
|                                 | 2 блюдо                        | ТТК №101    | Мясо отварное для 1 блюда         | 10               | 27,74  | 29,92        | 3,024 | 1,98   | 0        |            |  |
|                                 | Гарнир                         | 1/472-96    | Филе индейки, запеченное под соус | 60/40            | 119,49 | 239,7        | 18,35 | 16,1   | 2,5      |            |  |
|                                 | Напиток                        | ТТК №103    | Напиток витамин. "Витошка"        | 150              | 25,2   | 154,3        | 3,26  | 4,69   | 26,3     |            |  |
|                                 | Хлеб рж/пшен                   | ТК №11      | Хлеб Дарницкий витаминизирован    | 30               | 16,13  | 78           | 0     | 0      | 19,4     |            |  |
|                                 |                                |             |                                   |                  |        |              | 64,5  | 2,04   | 0,36     | 13,92      |  |
|                                 |                                |             |                                   | Итого            |        | 248          | 781,2 | 33,354 | 34       | 86,67      |  |
|                                 | Полдник<br>166 руб.            | 2 блюдо     | 0020/413-04                       | Сосиски отварные | 69     | 62,76        | 166,2 | 7,38   | 15,18    | 0          |  |
|                                 |                                | 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        |            |  |
| К/молочные                      |                                |             | Йогурт Югорский                   | 125              | 42     | 79,5         | 1,5   | 1,5    | 15       |            |  |
| Хлеб рж/пшен                    |                                | ТК №11      | Хлеб Дарницкий витаминизирован    | 20               | 1,49   | 43           | 1,36  | 0,24   | 9,28     |            |  |
| Фрукты                          |                                | 14/м24-96   | Мандарин св.                      | 170              | 50,43  | 64,6         | 1,36  | 0      | 14,62    |            |  |
|                                 |                                |             | Итого                             |                  | 166    | 358,5        | 11,98 | 16,92  | 39,77    |            |  |
|                                 |                                |             | 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 19 сентября 2024г. (сахарный диабет 7-11,1 смена)

Школа

МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева

Отд./корп



Утверждаю

Индивидуальный предприниматель

Е.А.Иванова

День

19.09.2024

| Прием лица                      | Раздел       | № рец.      | Блюдо                           | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки  | Жиры  | Углеводы |
|---------------------------------|--------------|-------------|---------------------------------|----------|--------|--------------|--------|-------|----------|
| Завтрак комплекс №1<br>166 руб. | 2 блюдо      | 0060/362-04 | Пудинг из творога (без изюма)   | 135      | 93,21  | 334,75       | 22,14  | 15,7  | 26,9     |
|                                 | 2 блюдо      | 0069/549-96 | Соус молочный                   | 50       | 9,87   | 64,8         | 1,09   | 3,01  | 8,73     |
|                                 | Напиток      | 7/628-96    | Чай без сахара                  | 200      | 1,06   | 1            | 0,2    | 0     | 0        |
|                                 | Хлеб рж/пшен | TK №11      | Хлеб Дарницкий витаминизирован  | 20       | 1,49   | 43           | 1,36   | 0,24  | 9,28     |
|                                 | Фрукты       | 14/т24-96   | Апельсин                        | 195      | 60,37  | 74,1         | 1,76   | 0     | 16,38    |
|                                 |              |             | Итого                           |          | 166    | 517,65       | 26,55  | 18,95 | 61,29    |
| Завтрак комплекс №2<br>166руб.  | Холодн.закус | 7/97-04     | Сыр порц                        | 10       | 15,4   | 36,1         | 2,68   | 2,73  | 0        |
|                                 | 2 блюдо      | ТТК №78     | Котлета натуральная рубленая    | 50       | 100,22 | 151,76       | 11,8   | 11,4  | 0,7      |
|                                 | Холодн.закус | 8/97-04     | Помидоры свежие                 | 25       | 5,87   | 3,5          | 0,15   | 0     | 0,72     |
|                                 | 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 рж/пшен | TK №11      | Хлеб Дарницкий витаминизирован  | 20       | 1,49   | 43           | 1,36   | 0,24  | 9,28     |
|                                 | Фрукты       | 14/т24-96   | Яблоко св.                      | 120      | 25,86  | 55,2         | 0,48   | 0     | 13,6     |
|                                 |              |             | Итого                           |          | 166    | 396,7        | 18,716 | 17,01 | 44,03    |
| Обед комплекс №1<br>248 руб.    | Холодн.закус | ТТК №88     | Салат свекольный с огурцами (ко | 100      | 24,2   | 60,1         | 2,1    | 2,5   | 7        |
|                                 | Первое бл    | 7/132-96    | Суп из овощей                   | 250      | 12,73  | 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      | 003/394-96  | Жаркое по-домашнему             | 50/125   | 149,93 | 284,33       | 17,35  | 14,89 | 21,46    |
|                                 | Гарнир       | 20/523-04   | Капуста отварная брокколи       | 25       | 11,51  | 13,2         | 0,5    | 0,65  | 1,42     |
|                                 | Сладкое бл   | 3а/631-04   | Компот из св груш (без сахара)  | 200      | 14,61  | 18,9         | 0,18   | 0     | 4,8      |
|                                 | Хлеб рж/пшен | TK №11      | Хлеб Дарницкий витаминизирован  | 25       | 2,08   | 58,25        | 1,9    | 0,15  | 13,075   |
|                                 |              |             | Итого                           |          | 248    | 580,7        | 27,184 | 26,44 | 60,315   |

Зам.директора по ОП

Н.В.Тарасова



Согласовано  
 Директор МБОУ СОШ №2

Т.Д. Чиряьева

Школа МБОУ СОШ №2

Меню на 19 сентября 2024г. (сахарный диабет 7-11лет, 2 смена)

Отд./корп

ИВАНОВА  
 Утверждаю  
 Индивидуальный предприниматель

Е.А.Иванова

День 19.09.2024

| Прием пищи                      | Раздел       | № рец.      | Блюдо                            | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки  | Жиры  | Углеводы |
|---------------------------------|--------------|-------------|----------------------------------|----------|--------|--------------|--------|-------|----------|
| Обед<br>комплекс №1<br>248 руб. | Холодн.закус | ТТК №88     | Салат свекольный с огурцами (кон | 100      | 24,2   | 60,1         | 2,1    | 2,5   | 7        |
|                                 | Первое бл    | 7/132-96    | Суп из овощей                    | 250      | 12,73  | 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      | 003/394-96  | Жаркое по-домашнему              | 50/125   | 149,93 | 284,33       | 17,35  | 14,89 | 21,46    |
|                                 | Гарнир       | 20/523-04   | Капуста отварная брокколи        | 25       | 11,51  | 13,2         | 0,5    | 0,65  | 1,42     |
|                                 | Сладкое бл   | 3а/631-04   | Компот из св груш (без сахара)   | 200      | 14,61  | 18,9         | 0,18   | 0     | 4,8      |
|                                 | Хлеб рж/пшен | ТК №11      | Хлеб Дарницкий витаминизирован   | 25       | 2,08   | 58,25        | 1,9    | 0,15  | 13,075   |
|                                 |              |             | Итого                            |          | 248    | 580,7        | 27,184 | 26,44 | 60,315   |
| Полдник<br>166 руб.             | 2 блюдо      | 0060/362-04 | Пудинг из творога (без изюма)    | 135      | 93,21  | 334,75       | 22,14  | 15,7  | 26,9     |
|                                 | 2 блюдо      | 0069/549-96 | Соус молочный                    | 50       | 9,87   | 64,8         | 1,09   | 3,01  | 8,73     |
|                                 | Напиток      | 7/628-96    | Чай без сахара                   | 200      | 1,06   | 1            | 0,2    | 0     | 0        |
|                                 | Хлеб рж/пшен | ТК №11      | Хлеб Дарницкий витаминизирован   | 20       | 1,49   | 43           | 1,36   | 0,24  | 9,28     |
|                                 | Фрукты       | 14/т24-96   | Апельсин                         | 195      | 60,37  | 74,1         | 1,76   | 0     | 16,38    |
|                                 |              | Итого       |                                  | 166      | 517,65 | 26,55        | 18,95  | 61,29 |          |
|                                 |              | 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 18 сентября 2024 г (сахарный диабет 7-11 лет,1 смена)

Утверждаю

Индивидуальный предприниматель

Е.А.Иванова

| Школа                           | МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева |             |                                 | Отд./корп | День 18.09.2024 |              |        |        |          |
|---------------------------------|--------------------------------|-------------|---------------------------------|-----------|-----------------|--------------|--------|--------|----------|
| Прием пищи                      | Раздел                         | № рец.      | Блюдо                           | Выход, г  | Цена            | Калорийность | Белки  | Жиры   | Углеводы |
| Завтрак комплекс №1<br>166 руб. | Холодн.закус                   | 7/97-04     | Сыр порц                        | 20        | 30,8            | 72,2         | 5,36   | 5,46   | 0        |
|                                 | 2 блюдо                        | ТТК №66     | Тефтели из курицы тушеные в со  | 80/40     | 69,96           | 234,23       | 9,55   | 15,27  | 15,51    |
|                                 | Гарнир                         | 20/523-04   | Морковь отварная                | 150       | 26,85           | 86,8         | 2,1    | 4      | 11,1     |
|                                 | Напиток                        | 7/628-96    | Чай без сахара                  | 200       | 1,06            | 1            | 0,2    | 0      | 0        |
|                                 | Хлеб рж/пшен                   | ТК №11      | Хлеб Дарницкий витаминизирован  | 20        | 1,49            | 43           | 1,36   | 0,24   | 9,28     |
|                                 | Фрукты                         | 14/т24-96   | Яблоко св.                      | 163       | 35,84           | 75,9         | 0,66   | 0      | 18,6     |
|                                 |                                |             | Итого                           |           | 166             | 513,13       | 19,23  | 24,97  | 54,49    |
| Завтрак комплекс №2<br>166 руб. | 2 блюдо                        | 007/411-96  | Бифштекс н/р                    | 53        | 112,39          | 177,2        | 12,72  | 14,04  | 0,045    |
|                                 | 2 блюдо                        | 0051/593/04 | Соус томатный (томатная паст    | 25        | 3,75            | 17,28        | 0,25   | 1      | 1,67     |
|                                 | 2 блюдо                        | 0049/214/96 | Морковь ,тушеная с рисом        | 250       | 47,31           | 301,35       | 4,52   | 12,74  | 44,8     |
|                                 | Напиток                        | 7/628-96    | Чай без сахара                  | 200       | 1,06            | 1            | 0,2    | 0      | 0        |
|                                 | Хлеб рж/пшен                   | ТК №11      | Хлеб Дарницкий витаминизирован  | 20        | 1,49            | 43           | 1,36   | 0,24   | 9,28     |
|                                 |                                |             | Итого                           |           | 166             | 539,83       | 19,05  | 28,02  | 55,795   |
| Обед комплекс №1<br>248 руб.    | Холодн.закус                   | 17/27-96    | Салат Витаминный ( ябл. и морко | 100       | 15,81           | 98,03        | 1,1    | 5,02   | 12,73    |
|                                 | Первое бл                      | 13/110-96   | Борщ с капустой и картоф.,помид | 250       | 17,45           | 76,02        | 1,85   | 1,68   | 13,12    |
|                                 | Первое бл                      | 12/т8-96    | Мясо отварное для 1 блюда       | 20        | 55,48           | 59,84        | 6,04   | 3,96   | 0        |
|                                 | Первое бл                      | 13/т.1-04   | Сметана для 1 блюда             | 10        | 5,2             | 20,5         | 0,28   | 2      | 0,36     |
|                                 | 2 блюдо                        | 0011/476-97 | Котлета Домашняя (яйцо)         | 75        | 79,72           | 343,35       | 15,56  | 17,27  | 33,3     |
|                                 | 2 блюдо                        | 0051/593/04 | Соус томатный (томатная паст    | 25        | 4,03            | 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        | 13,36           | 66,1         | 1,9    | 2,8    | 8,7      |
|                                 | Сладкое бл                     | 3а/631-04   | Компот из св яблок (без сахара) | 200       | 8,37            | 41,4         | 0,09   | 0      | 10,8     |
|                                 | Хлеб рж/пшен                   | ТК №11      | Хлеб Дарницкий витаминизирован  | 20        | 1,49            | 43           | 1,36   | 0,24   | 9,28     |
|                                 | Фрукты                         | 14/т24-96   | Апельсин                        | 105       | 30,99           | 39,9         | 0,95   | 0      | 8,82     |
|                                 |                                |             |                                 | Итого     |                 | 248          | 911,56 | 31,426 | 36,61    |

Зам.директора по ОП

Н.В.Тарасова



Согласовано

Директор МБОУ Гимназия им.А.И.Яковлева

Н.Б.Овденко

Меню на 18 сентября 2024 г (сахарный диабет 7-11 лет,2 смена)

Утверждаю

Индивидуальный предприниматель

Е.А.Иванова

| Школа                               | МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева |             |                                 | Отд./корп |        |              | День   |       |          | 18.09.2024 |
|-------------------------------------|--------------------------------|-------------|---------------------------------|-----------|--------|--------------|--------|-------|----------|------------|
| Прием пищи                          | Раздел                         | № рец.      | Блюдо                           | Выход, г  | Цена   | Калорийность | Белки  | Жиры  | Углеводы |            |
| Обед<br>комплекс №1<br><br>248 руб. | Холодн.закус                   | 17/27-96    | Салат Витаминный ( ябл. и морко | 100       | 15,81  | 98,03        | 1,1    | 5,02  | 12,73    |            |
|                                     | Первое бл                      | 13/110-96   | Борщ с капустой и картоф.,помид | 250       | 17,45  | 76,02        | 1,85   | 1,68  | 13,12    |            |
|                                     | Первое бл                      | 12/т8-96    | Мясо отварное для 1 блюда       | 20        | 55,48  | 59,84        | 6,04   | 3,96  | 0        |            |
|                                     | Первое бл                      | 13/т.1-04   | Сметана для 1 блюда             | 10        | 5,2    | 20,5         | 0,28   | 2     | 0,36     |            |
|                                     | 2 блюдо                        | 0011/476-97 | Котлета Домашняя (яйцо)         | 75        | 79,72  | 343,35       | 15,56  | 17,27 | 33,3     |            |
|                                     | 2 блюдо                        | 0051/593/04 | Соус томатный (томатная паст    | 25        | 4,03   | 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        | 13,36  | 66,1         | 1,9    | 2,8   | 8,7      |            |
|                                     | Сладкое бл                     | 3а/631-04   | Компот из св яблок (без сахара) | 200       | 8,37   | 41,4         | 0,09   | 0     | 10,8     |            |
|                                     | Хлеб рж/пшен                   | ТК №11      | Хлеб Дарницкий витаминизирован  | 20        | 1,49   | 43           | 1,36   | 0,24  | 9,28     |            |
|                                     | Фрукты                         | 14/т24-96   | Апельсин                        | 105       | 30,99  | 39,9         | 0,95   | 0     | 8,82     |            |
|                                     |                                |             | Итого                           |           | 248    | 911,56       | 31,426 | 36,61 | 118,51   |            |
| Полдник<br>комплекс №1<br>166 руб.  | 2 блюдо                        | ТТК №95а    | Суфле из филе курицы            | 100       | 119,88 | 277,9        | 22,28  | 19,9  | 1,04     |            |
|                                     | 2 блюдо                        | 0051/593/04 | Соус томатный (томатная паст    | 25        | 2,32   | 17,28        | 0,25   | 1     | 1,67     |            |
|                                     | Напиток                        | 7/628-96    | Чай без сахара                  | 200       | 1,06   | 1            | 0,2    | 0     | 0        |            |
|                                     | Хлеб рж/пшен                   | ТК №11      | Хлеб Дарницкий витаминизирован  | 10        | 0,74   | 21,5         | 0,68   | 0,12  | 4,64     |            |
|                                     | К/молочные                     |             | Йогурт Югорский                 | 125       | 42     | 79,5         | 1,5    | 1,5   | 15       |            |
|                                     |                                |             |                                 | Итого     |        | 166          | 397,18 | 24,91 | 22,52    | 22,35      |
|                                     |                                |             | 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 17 сентября 2024 г. (сахарный диабет 7-11 лет, 1 смена)

Утверждаю  
 Индивидуальный предприниматель  
 Е.А.Иванова

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

День 17.09.2024

| Прием пищи                        | Раздел       | № рец.      | Блюдо                           | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки  | Жиры   | Углеводы |
|-----------------------------------|--------------|-------------|---------------------------------|----------|--------|--------------|--------|--------|----------|
| Завтрак<br>комплекс №1<br>166 руб | 2 блюдо      | ТТК №49     | Оладьи из печени (яйцо)         | 75       | 77,01  | 239,6        | 20,01  | 16,99  | 1,67     |
|                                   | Гарнир       | 1/472-96    | Пюре картофельное               | 150      | 25,2   | 154,3        | 3,26   | 4,69   | 26,3     |
|                                   | Холодн.закус | 22/97-04    | Перец сладкий болгарский        | 25       | 16,5   | 5,75         | 0,33   | 0      | 1,18     |
|                                   | Напиток      | 7/628-96    | Чай без сахара                  | 200      | 1,06   | 1            | 0,2    | 0      | 0        |
|                                   | Хлеб рж/пшен | ТК №11      | Хлеб Дарницкий витаминизирован  | 20       | 1,49   | 43           | 1,36   | 0,24   | 9,28     |
|                                   | Фрукты       | 14/м24-96   | Апельсин                        | 145      | 44,74  | 55,1         | 1,3    | 0      | 10,92    |
|                                   |              |             | Итого                           |          |        | 166          | 498,75 | 26,46  | 21,92    |
| Завтрак<br>комплекс №2<br>166 руб | 2 блюдо      | ТТК №74а    | Биф рубленый из индейки         | 50       | 80,4   | 135,2        | 9,75   | 10,17  | 1,19     |
|                                   | 2 блюдо      | 0051/593/04 | Соус томатный (томатная паст    | 25       | 4,03   | 17,28        | 0,25   | 1      | 1,67     |
|                                   | Гарнир       | ТТК №29     | Рис с овощами                   | 150      | 30,48  | 168,25       | 3,28   | 5,67   | 42,06    |
|                                   | Напиток      | 7/628-96    | Чай без сахара                  | 200      | 1,06   | 1            | 0,2    | 0      | 0        |
|                                   | Хлеб рж/пшен | ТК №11      | Хлеб Дарницкий витаминизирован  | 20       | 1,49   | 43           | 1,36   | 0,24   | 9,28     |
|                                   | Фрукты       | 14/м24-96   | Груша                           | 150      | 48,54  | 63           | 0,6    | 0      | 16,5     |
|                                   |              |             | Итого                           |          |        | 166          | 427,73 | 15,44  | 17,08    |
| Обед<br>248руб.                   | Холодн.закус | 1/60-04     | Салат по-щекински               | 60       | 16,07  | 61,8         | 0,41   | 5,99   | 1,58     |
|                                   | Первое бл    | 14/129-96   | Рассольник Ленинградский(помид, | 250      | 18,14  | 124,5        | 2,58   | 4,3    | 19,4     |
|                                   | 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       | 5,2    | 20,5         | 0,28   | 2      | 0,36     |
|                                   | 2 блюдо      | 0037/420-96 | Рулет с луком и яйцом           | 100      | 124,53 | 220          | 14,57  | 12,8   | 12,27    |
|                                   | Гарнир       | 5/463-96    | Гречка отварная                 | 150      | 12,94  | 207,72       | 7,01   | 4,78   | 37,56    |
|                                   | 2 блюдо      | 0051/593/04 | Соус томатный (томатная паст    | 25       | 4,03   | 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 рж/пшен | ТК №11      | Хлеб Дарницкий витаминизирован  | 25       | 1,85   | 53,75        | 1,7    | 0,3    | 11,6     |
|                                   | Фрукты       | 14/м24-96   | Яблоко св.                      | 125      | 27,5   | 57,5         | 0,5    | 0      | 14,13    |
|                                   |              |             | Итого                           |          |        | 248          | 847,37 | 31,364 | 33,15    |

Зам.директора по О.П.

*Handwritten signature*

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 17 сентября 2024 г (сахарный диабет 7-11 лет,2 смена)



ИВАНОВА

Утверждаю  
Индивидуальный предприниматель

Е.А.Иванова

День

17.09.2024

| Прием пищи         | Раздел       | № рец.      | Блюдо                           | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки  | Жиры  | Углеводы |
|--------------------|--------------|-------------|---------------------------------|----------|--------|--------------|--------|-------|----------|
| Обед<br>248руб.    | Холодн.закус | 1/60-04     | Салат по-щекински               | 60       | 16,07  | 61,8         | 0,41   | 5,99  | 1,58     |
|                    | Первое бл    | 14/129-96   | Рассольник Ленинградский(помид, | 250      | 18,14  | 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      | 124,53 | 220          | 14,57  | 12,8  | 12,27    |
|                    | Гарнир       | 5/463-96    | Гречка отварная                 | 150      | 12,94  | 207,72       | 7,01   | 4,78  | 37,56    |
|                    | 2 блюдо      | 0051/593/04 | Соус томатный (томатная паст    | 25       | 4,03   | 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 рж/пшен | ТК №11      | Хлеб Дарницкий витаминизирован  | 25       | 1,85   | 53,75        | 1,7    | 0,3   | 11,6     |
|                    | Фрукты       | 14/т24-96   | Яблоко св.                      | 125      | 27,5   | 57,5         | 0,5    | 0     | 14,13    |
|                    |              |             | Итого                           |          | 248    | 847,37       | 31,364 | 33,15 | 111,75   |
| Полдник<br>166 руб | 2 блюдо      | 0020/413-04 | Колбаса отварная                | 65       | 53,2   | 151,2        | 7,02   | 13,68 | 0        |
|                    | Холодн.закус | 22/97-04    | Перец сладкий болгарский        | 40       | 26,5   | 9,2          | 0,52   | 0     | 1,88     |
|                    | Напиток      | 7/628-96    | Чай без сахара                  | 200      | 1,06   | 1            | 0,2    | 0     | 0        |
|                    | К/молочн.    |             | Напиток молочный "Снежок"       | 200      | 39,2   | 156          | 5,6    | 5     | 22       |
|                    | Хлеб рж/пшен | ТК №11      | Хлеб Дарницкий витаминизирован  | 20       | 1,49   | 43           | 1,36   | 0,24  | 9,28     |
|                    | Фрукты       | 14/т24-96   | Апельсин                        | 145      | 44,55  | 55,1         | 1,3    | 0     | 10,92    |
|                    |              |             |                                 | Итого    |        | 166          | 415,5  | 16    | 18,92    |
|                    |              |             | 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 16 сентября 2024 г.(сахарный диабет 7-11,1 смена)



Утверждаю  
 Индивидуальный предприниматель  
 Е.А.Иванова

Школа

МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева

Отд./корп

День

16.09.2024

| Прием пищи                       | Раздел       | № рец.      | Блюдо                            | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки  | Жиры  | Углеводы |
|----------------------------------|--------------|-------------|----------------------------------|----------|--------|--------------|--------|-------|----------|
| Завтрак<br>1 комплекс<br>166 руб | 2 блюдо      | ТТК №25     | Каша молочная Дружба             | 200/10   | 33,65  | 229,15       | 5,36   | 10,92 | 29,1     |
|                                  | 2 блюдо      | 0020/413-04 | Сосиски отварные                 | 60       | 54,63  | 166,2        | 7,38   | 15,18 | 0        |
|                                  | Холодн.закус | 22/97-04    | Перец сладкий болгарский         | 30       | 20     | 6,9          | 0,39   | 0     | 1,41     |
|                                  | Напиток      | 7/628-96    | Чай без сахара                   | 200      | 1,06   | 1            | 0,2    | 0     | 0        |
|                                  | Хлеб рж/пшен | ТК №11      | Хлеб Дарницкий витаминизирован   | 20       | 1,48   | 43           | 1,36   | 0,24  | 9,28     |
|                                  | Фрукты       | 14/т24-96   | Груша                            | 175      | 55,18  | 73,5         | 0,7    | 0     | 18,7     |
|                                  |              |             |                                  | Итого    |        | 166          | 519,75 | 15,39 | 26,34    |
| Завтрак<br>2 комплекс<br>166 руб | Холодн.закус | 7/97-04     | Сыр порц                         | 15       | 23,1   | 54,15        | 4,02   | 4,095 | 0        |
|                                  | 2 блюдо      | 0062/463-04 | Тефтели из говядины с рисом (пар | 75/30    | 101,71 | 156,87       | 11,53  | 9,29  | 7,25     |
|                                  | Гарнир       | 20/523-04   | Капуста отварная                 | 150      | 26,85  | 78,9         | 2,9    | 3,8   | 8,6      |
|                                  | Доп. гарнир  | 8/97-04     | Помидоры свежие                  | 50       | 11,73  | 7            | 0,32   | 0     | 1,45     |
|                                  | Напиток      | 7/628-96    | Чай без сахара                   | 200      | 1,06   | 1            | 0,2    | 0     | 0        |
|                                  | Хлеб рж/пшен | ТК №11      | Хлеб Дарницкий витаминизирован   | 20       | 1,55   | 43           | 1,36   | 0,24  | 9,28     |
|                                  |              |             |                                  | Итого    |        | 166          | 340,92 | 20,33 | 17,425   |
| Обед<br>248 руб.                 | Холодн.закус | 20/49-04    | Салат из моркови                 | 100      | 12,24  | 50,4         | 1,25   | 0,096 | 11,71    |
|                                  | Первое бл    | 12/120-96   | Щи из св.капусты с карт.,помидор | 250      | 19,37  | 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        | 2,6    | 10,25        | 0,14   | 1     | 0,018    |
|                                  | 2 блюдо      | 002/437-04  | Гуляш из говядины                | 40/50    | 112,33 | 160,75       | 12,59  | 10,76 | 3,59     |
|                                  | Гарнир       | 11/470-96   | Картофель отварной               | 100      | 16,1   | 106,14       | 2,046  | 2,64  | 19,73    |
|                                  | Доп. гарнир  | 8/97-04     | Горошек зеленый конс             | 30       | 9,01   | 12,3         | 0,93   | 0,06  | 2,13     |
|                                  | Напиток      | 11а/705-04  | Отвар из шиповника (без сахара)  | 200      | 10,4   | 50,6         | 0,8    | 0     | 12       |
|                                  | Хлеб рж/пшен | ТК №11      | Хлеб Дарницкий витаминизирован   | 25       | 1,91   | 58,25        | 1,9    | 0,15  | 13,075   |
|                                  | Фрукты       | 14/т24-96   | Яблоко св.                       | 165      | 36,3   | 66,7         | 0,58   | 0     | 16,39    |
|                                  |              |             |                                  | Итого    |        | 248          | 626,71 | 25,15 | 20,356   |

Зам.директора по ОП ИП Иванова Е.А.

Н.В.Тарасова





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

Меню на 16 сентября 2024 г. (сахарный диабет 7-11 лет, 2 смена)



Утверждаю  
 Индивидуальный предприниматель  
Е.А.Иванова

Школа

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

День 16.09.2024

| Прием пищи         | Раздел       | № рец.      | Блюдо                            | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры   | Углеводы |
|--------------------|--------------|-------------|----------------------------------|----------|--------|--------------|-------|--------|----------|
| Обед<br>248 руб.   | Холодн.закус | 20/49-04    | Салат из моркови                 | 100      | 12,24  | 50,4         | 1,25  | 0,096  | 11,71    |
|                    | Первое бл    | 12/120-96   | Щи из св.капусты с карт.,помидор | 250      | 19,37  | 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        | 2,6    | 10,25        | 0,14  | 1      | 0,018    |
|                    | 2 блюдо      | 002/437-04  | Гуляш из говядины                | 40/50    | 112,33 | 160,75       | 12,59 | 10,76  | 3,59     |
|                    | Гарнир       | 11/470-96   | Картофель отварной               | 100      | 16,1   | 106,14       | 2,046 | 2,64   | 19,73    |
|                    | Доп.гарнир   | 8/97-04     | Горошек зеленый конс             | 30       | 9,01   | 12,3         | 0,93  | 0,06   | 2,13     |
|                    | Напиток      | 11а/705-04  | Отвар из шиповника (без сахара)  | 200      | 10,4   | 50,6         | 0,8   | 0      | 12       |
|                    | Хлеб рж/пшен | ТК №11      | Хлеб Дарницкий витаминизирован   | 25       | 1,91   | 58,25        | 1,9   | 0,15   | 13,075   |
|                    | Фрукты       | 14/т24-96   | Яблоко св.                       | 165      | 36,3   | 66,7         | 0,58  | 0      | 16,39    |
|                    |              |             | Итого                            |          | 248    | 626,71       | 25,15 | 20,356 | 88,248   |
| Полдник<br>166 руб | 2 блюдо      | 0065/340-04 | Омлет натуральный                | 105      | 44,9   | 180,4        | 11,3  | 14,3   | 2,02     |
|                    | Холодн.закус | 8/97-04     | Помидоры свежие                  | 90       | 21,12  | 12,6         | 0,54  | 0      | 2,61     |
|                    | Хлеб рж/пшен | ТК №11      | Хлеб Дарницкий витаминизирован   | 20       | 1,48   | 43           | 1,36  | 0,24   | 9,28     |
|                    | К/молочные   |             | Йогурт Югорский                  | 125      | 42     | 79,5         | 1,5   | 1,5    | 15       |
|                    | Фрукты       | 14/т24-96   | Апельсин                         | 190      | 56,5   | 72,2         | 1,71  | 0      | 15,9     |
|                    |              |             |                                  | Итого    |        | 166          | 387,7 | 16,41  | 16,04    |
|                    |              |             | Итого                            |          | 0      | 0            | 0     | 0      | 0        |

Зам.директора по ОП ИП Иванова Е.А.

*Handwritten signature*

Н.В.Тарасова



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

Меню на 16 сентября 2024 г. (безглютеновая диета 7-11 лет, 1 смена)



Утверждаю  
Индивидуальный предприниматель  
Е.А. Иванова

Школа

МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева

Отд./корп

День

16.09.2024

| Прием пищи                       | Раздел       | № рец.      | Блюдо                             | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки  | Жиры   | Углеводы |
|----------------------------------|--------------|-------------|-----------------------------------|----------|--------|--------------|--------|--------|----------|
| Завтрак<br>1 комплекс<br>166 руб | 2 блюдо      | ТТК №25     | Каша молочная Дружба              | 200/10   | 33,65  | 229,15       | 5,36   | 10,92  | 29,1     |
|                                  | 2 блюдо      | 0020/413-04 | Сосиски отварные                  | 60       | 54,63  | 166,2        | 7,38   | 15,18  | 0        |
|                                  | Холодн.закус | 22/97-04    | Перец сладкий болгарский          | 30       | 20     | 6,9          | 0,39   | 0      | 1,41     |
|                                  | Напиток      | 7а/628-96   | Чай с сахаром (сах. 10 гр)        | 200      | 2,5    | 37,4         | 0,1    | 0      | 9,98     |
|                                  | Хлеб         |             | Хлебцы злаковые (гречневые)       | 10       | 6,6    | 28           | 0,11   | 0,03   | 5,2      |
|                                  | Фрукты       | 14/т24-96   | Мандарин                          | 165      | 48,62  | 62,7         | 1,32   | 0      | 14,19    |
|                                  |              |             | Итого                             |          |        | 166          | 530,35 | 14,66  | 26,13    |
| Завтрак<br>2 комплекс<br>166 руб | Холодн.закус | 7/97-04     | Сыр порц                          | 10       | 15,4   | 36,1         | 2,68   | 2,73   | 0        |
|                                  | 2 блюдо      | 0062/463-04 | Тефтели из говядины с рисом (пар) | 75/30    | 101,71 | 156,87       | 11,53  | 9,29   | 7,25     |
|                                  | Гарнир       | 20/523-04   | Капуста отварная                  | 150      | 26,85  | 78,9         | 2,9    | 3,8    | 8,6      |
|                                  | Доп. гарнир  | 8/97-04     | Помидоры свежие                   | 10       | 2,35   | 1,4          | 0,006  | 0      | 0,29     |
|                                  | Напиток      | ТТК №10     | Напиток кофейный на сг.молоке     | 200      | 12,76  | 71,35        | 1,38   | 1,64   | 13,64    |
|                                  | Хлеб         |             | Хлебцы злаковые (гречневые)       | 10       | 6,93   | 28           | 0,11   | 0,03   | 5,2      |
|                                  |              |             | Итого                             |          |        | 166          | 372,62 | 18,606 | 17,49    |
| Обед<br>248 руб.                 | Холодн.закус | 20/49-04    | Салат из моркови                  | 100      | 12,3   | 50,4         | 1,25   | 0,096  | 11,71    |
|                                  | Первое бл    | 12/120-96   | Щи из св.капусты с карт., помидор | 250      | 20,52  | 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        | 2,6    | 10,25        | 0,14   | 1      | 0,018    |
|                                  | 2 блюдо      | 002/437-04  | Гуляш из говядины (без муки)      | 40/50    | 112,33 | 160,75       | 12,59  | 10,76  | 3,59     |
|                                  | Гарнир       | 11/470-96   | Картофель отварной                | 100      | 16,1   | 106,14       | 2,046  | 2,64   | 19,73    |
|                                  | Сладкое бл   | 2а/636-04   | Компот из апельсинов (сах. 20гр)  | 200      | 18,92  | 93,8         | 0,45   | 0      | 24,16    |
|                                  | Хлеб         |             | Хлебцы злаковые (гречневые)       | 10       | 6,6    | 28           | 0,11   | 0,03   | 5,2      |
|                                  | Фрукты       | 14/т24-96   | Яблоко св.                        | 140      | 30,89  | 64,4         | 0,56   | 0      | 15,82    |
|                                  |              |             | Итого                             |          | 248    | 625,06       | 22,06  | 20,176 | 89,833   |

Зам.директора по ОП ИП Иванова Е.А.

Н.В.Тарасова



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

Меню на 17 сентября 2024 г. (безглютеновая диета 7-11 лет)

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

ИВАНОВА  
 Утверждаю  
 Индивидуальный предприниматель  
 Е.А.Иванова  
 День 17.09.2024

| Прием пищи                     | Раздел       | № рец.      | Блюдо                           | Выход, г     | Цена   | Калорийность | Белки  | Жиры   | Углеводы |        |
|--------------------------------|--------------|-------------|---------------------------------|--------------|--------|--------------|--------|--------|----------|--------|
| Завтрак комплекс №1<br>166 руб | 2 блюдо      | ТТК№74а     | Биф рубленый из индейки         | 50           | 80,4   | 135,2        | 9,75   | 10,17  | 1,19     |        |
|                                | Гарнир       | 1/472-96    | Пюре картофельное               | 150          | 25,2   | 154,3        | 3,26   | 4,69   | 26,3     |        |
|                                | Холодн.закус | 22/97-04    | Перец сладкий болгарский        | 25           | 16,5   | 5,75         | 0,33   | 0      | 1,18     |        |
|                                | Напиток      | 7а/628-96   | Чай с сахаром (сах.10 гр)       | 200          | 2,5    | 37,4         | 0,1    | 0      | 9,98     |        |
|                                | Хлеб         |             | Хлебцы злаковые (гречневые)     | 5            | 3,3    | 14           | 0,055  | 0,015  | 2,6      |        |
|                                | Фрукты       | 14/м24-96   | Апельсин                        | 125          | 38,1   | 47,5         | 1,12   | 0      | 10,5     |        |
|                                |              |             | Итого                           |              |        | 166          | 394,15 | 14,615 | 14,875   | 51,75  |
| Завтрак комплекс №2<br>166 руб | 2 блюдо      | ТТК№74а     | Биф рубленый из индейки         | 50           | 80,4   | 135,2        | 9,75   | 10,17  | 1,19     |        |
|                                | 2 блюдо      | 0051/593/04 | Соус томатный (без муки)        | 25           | 4,03   | 17,28        | 0,25   | 1      | 1,67     |        |
|                                | Гарнир       | ТТК №29     | Рис с овощами                   | 150          | 30,48  | 168,25       | 3,28   | 5,67   | 42,06    |        |
|                                | Напиток      | 7а/628-96   | Чай с сахаром (сах.10 гр)       | 200          | 2,5    | 37,4         | 0,1    | 0      | 9,98     |        |
|                                | Хлеб         |             | Хлебцы злаковые (гречневые)     | 5            | 3,3    | 14           | 0,055  | 0,015  | 2,6      |        |
|                                | Фрукты       | 14/м24-96   | Груша                           | 145          | 45,29  | 60,9         | 0,58   | 0      | 15,4     |        |
|                                |              |             | Итого                           |              |        | 166          | 433,03 | 14,015 | 16,855   | 72,9   |
| Обед<br>248руб.                | Холодн.закус | 1/60-04     | Салат по-щекински               | 100          | 26,77  | 103,04       | 0,68   | 9,99   | 2,64     |        |
|                                | Первое бл    | 14/129-96   | Рассольник Ленинградский(помид, | 250          | 18,14  | 124,5        | 2,58   | 4,3    | 19,4     |        |
|                                | Первое бл    | 13/м.1-04   | Сметана для 1 блюда             | 10           | 5,2    | 20,5         | 0,28   | 2      | 0,36     |        |
|                                | 2 блюдо      | 0015/413-96 | Котлета Полтавская (без паниро  | 75           | 143,87 | 264,3        | 16,82  | 19,1   | 6,68     |        |
|                                | 2 блюдо      | 0051/593/04 | Соус томатный (без муки)        | 25           | 4,03   | 17,28        | 0,25   | 1      | 1,67     |        |
|                                | Гарнир       | 6/464-96    | Рис отварной                    | 180          | 25,01  | 262,85       | 4,64   | 6,26   | 50,22    |        |
|                                | Сладкое бл   | 12/638-04   | Компот из кураги                | 200          | 13,28  | 129,2        | 1,04   | 0      | 33,14    |        |
|                                | Хлеб         |             | Хлебцы злаковые (гречневые)     | 20           | 11,7   | 56           | 0,22   | 0,06   | 10,4     |        |
|                                |              |             | Итого                           |              |        | 248          | 977,67 | 26,51  | 42,71    | 124,51 |
|                                |              |             | Зам.директора по О.П.           | Н.В.Тарасова |        |              |        |        |          |        |



Согласовано

Директор МБОУ Гимназия им.А.И.Яковлева

Н.Б.Овденко

Меню на 18 сентября 2024 г (безглютеновая 7-11 лет, 1 смена)

Утверждаю

Индивидуальный предприниматель

Е.А.Иванова

| Школа                           | МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева |             |                                  | Отд./корп |        |              |        | День  | 18.09.2024 |
|---------------------------------|--------------------------------|-------------|----------------------------------|-----------|--------|--------------|--------|-------|------------|
| Прием пищи                      | Раздел                         | № рец.      | Блюдо                            | Выход, г  | Цена   | Калорийность | Белки  | Жиры  | Углеводы   |
| Завтрак комплекс №1<br>166 руб. | Холодн.закус                   | 7/97-04     | Сыр порц                         | 10        | 15,4   | 36,1         | 2,68   | 2,73  | 0          |
|                                 | 2 блюдо                        | 004/433-04  | Мясо тушеное (без муки)          | 40/50     | 117,31 | 164,71       | 13,12  | 11,16 | 3,13       |
|                                 | Гарнир                         | 11/470-96   | Картофель отварной               | 100       | 16,1   | 106,14       | 2,046  | 2,64  | 19,73      |
|                                 | Холодн.закус                   | 8/97-04     | Помидоры свежие                  | 45        | 10,56  | 6,3          | 0,27   | 0     | 1,3        |
|                                 | Напиток                        | 7а/628-96   | Чай с сахаром (сах.10 гр)        | 200       | 2,5    | 37,4         | 0,1    | 0     | 9,98       |
|                                 | Хлеб                           |             | Хлебцы злаковые (гречневые)      | 5         | 4,13   | 5,6          | 0,24   | 0     | 1,16       |
|                                 |                                |             | Итого                            |           | 166    | 356,25       | 18,456 | 16,53 | 35,3       |
| Завтрак комплекс №2<br>166 руб. | Холодн.закус                   | 8/97-04     | Помидоры свежие                  | 90        | 21,12  | 12,6         | 0,54   | 0     | 2,61       |
|                                 | 2 блюдо                        | 007/411-96  | Бифштекс н/р                     | 53        | 112,39 | 177,2        | 12,72  | 14,04 | 0,045      |
|                                 | Гарнир                         | 0049/214/96 | Морковь ,тушеная с рисом         | 125       | 23,66  | 150,6        | 2,26   | 6,37  | 22,4       |
|                                 | Напиток                        | 7а/628-96   | Чай с сахаром (сах.10 гр)        | 200       | 2,5    | 37,4         | 0,1    | 0     | 9,98       |
|                                 | Хлеб                           |             | Хлебцы злаковые (гречневые)      | 10        | 6,33   | 28           | 0,11   | 0,03  | 5,2        |
|                                 |                                |             | Итого                            |           | 166    | 405,8        | 15,73  | 20,44 | 40,235     |
| Обед комплекс №1<br>248 руб.    | Холодн.закус                   | 17/27-96    | Салат Витаминный (ябл. и морк    | 100       | 15,81  | 98,03        | 1,1    | 5,02  | 12,73      |
|                                 | Первое бл                      | 13/110-96   | Борщ с капустой и картоф.,помид  | 250       | 17,45  | 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                        | 0064/487-04 | Птица отварная (филе)            | 75        | 88,93  | 255,34       | 20,25  | 12,15 | 16,89      |
|                                 | 2 блюдо                        | 0051/593/04 | Соус томатный (томатная паст     | 25        | 4,03   | 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        | 13,36  | 66,1         | 1,9    | 2,8   | 8,7        |
|                                 | Напиток                        | ТТК №105а   | Напиток плодово-ягодный (сах.10г | 200       | 15,52  | 58,16        | 0,13   | 0     | 15,24      |
|                                 | Хлеб                           |             | Хлебцы злаковые (гречневые)      | 10        | 6,6    | 28           | 0,11   | 0,03  | 5,2        |
|                                 | Фрукты                         | 14/т24-96   | Яблоко св.                       | 170       | 37,26  | 78,2         | 0,68   | 0     | 19,21      |
|                                 |                                |             |                                  | Итого     |        | 248          | 833,69 | 31,62 | 29,3       |

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 19 сентября 2024г. (безглютеновая диета 7-11лет)



Утверждаю

Индивидуальный предприниматель

Е.А.Иванова

День

19.09.2024

| Прием пищи                      | Раздел       | № рец.      | Блюдо                              | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки  | Жиры   | Углеводы |
|---------------------------------|--------------|-------------|------------------------------------|----------|--------|--------------|--------|--------|----------|
| Завтрак комплекс №1<br>166 руб. | 2 блюдо      | 0060/362-04 | Пудинг из творога (без манки)      | 135      | 93,21  | 334,75       | 22,14  | 15,7   | 26,9     |
|                                 | 2 блюдо      |             | Молоко сгущенное с сахаром         | 20       | 10     | 63           | 1,44   | 1,7    | 11,2     |
|                                 | Напиток      | 7а/628-96   | Чай с сахаром (сах.10 гр)          | 200      | 2,5    | 37,4         | 0,1    | 0      | 9,98     |
|                                 | Хлеб         |             | Хлебцы злаковые (гречневые)        | 5        | 3,29   | 14           | 0,055  | 0,015  | 2,6      |
|                                 | Фрукты       | 14/т24-96   | Мандарин                           | 190      | 57     | 60,8         | 1,28   | 0      | 13,76    |
|                                 |              |             | Итого                              |          | 166    | 509,95       | 25,015 | 17,415 | 64,44    |
| Завтрак комплекс №2<br>166руб.  | Холодн.закус | 7/97-04     | Сыр порц                           | 10       | 15,4   | 36,1         | 2,68   | 2,73   | 0        |
|                                 | 2 блюдо      | ТТК №78     | Котлета натуральная рубленая       | 50       | 100,22 | 151,76       | 11,8   | 11,4   | 0,7      |
|                                 | Холодн.закус | 8/97-04     | Помидоры свежие                    | 25       | 6,89   | 3,5          | 0,15   | 0      | 0,72     |
|                                 | гарнир       | 11/470-96   | Картофель отварной                 | 100      | 16,1   | 106,14       | 2,046  | 2,64   | 19,73    |
|                                 | Напиток      | 7а/628-96   | Чай с сахаром (сах.10 гр)          | 200      | 2,61   | 37,4         | 0,1    | 0      | 9,98     |
|                                 | Хлеб         |             | Хлебцы злаковые (гречневые)        | 5        | 2,78   | 14           | 0,055  | 0,015  | 2,6      |
|                                 | Фрукты       | 14/т24-96   | Яблоко св.                         | 100      | 22     | 46           | 0,4    | 0      | 11,3     |
|                                 |              |             | Итого                              |          | 166    | 394,9        | 17,231 | 16,785 | 45,03    |
| Обед комплекс №1<br>248 руб.    | Холодн.закус | ТТК №88     | Салат свекольный с огурцами (ко    | 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   | Капуста отварная брокколи          | 25       | 11,69  | 13,2         | 0,5    | 0,65   | 1,42     |
|                                 | Сладкое бл   | ТТК №39а    | Компот из яблок и груш (сах.15 гр) | 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.Б.Овденко

Меню на 20 сентября 2024г (безглютеновая диета 7-11 лет)

Утверждаю  
 Индивидуальный предприниматель  
 Е.А.Иванова

| Школа                              | МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева |             |                                    | Отд./корп | День   |              |        |        |          |
|------------------------------------|--------------------------------|-------------|------------------------------------|-----------|--------|--------------|--------|--------|----------|
| Прием пищи                         | Раздел                         | № рец.      | Блюдо                              | Выход, г  | Цена   | Калорийность | Белки  | Жиры   | Углеводы |
| Завтрак<br>комплекс №1<br>166 руб. | 2 блюдо                        | ТТК №1      | Котлета по-волжски без панировки   | 75        | 70,75  | 295,2        | 13,87  | 24,64  | 4,8      |
|                                    | Гарнир                         | ТТК №29     | Рис с овощами                      | 150       | 30,48  | 168,25       | 3,28   | 5,67   | 42,06    |
|                                    | Доп. гарнир                    | 8/97-04     | Помидоры свежие                    | 30        | 7,04   | 4,2          | 0,18   | 0      | 0,87     |
|                                    | Напиток                        | ТТК №105а   | Напиток плодово-ягодный (сах. 10г) | 200       | 15,52  | 58,16        | 0,13   | 0      | 15,24    |
|                                    | Хлеб                           |             | Хлебцы злаковые (гречневые)        | 10        | 6,6    | 28           | 0,11   | 0,03   | 5,2      |
|                                    | Фрукты                         | 14/м24-96   | Яблоко св.                         | 165       | 35,61  | 75,9         | 0,66   | 0      | 18,6     |
|                                    |                                |             | Итого                              |           | 166    | 629,71       | 18,23  | 30,34  | 86,77    |
| Завтрак<br>комплекс №2<br>166 руб. | Доп. гарнир                    | 8/97-04     | Помидоры свежие                    | 30        | 7,04   | 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     |
|                                    | 2 блюдо                        | 0051/593/04 | Соус томатный (томатная паста)     | 25        | 4,03   | 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                        | 7а/628-96   | Чай с сахаром (сах. 10 гр)         | 200       | 2,5    | 37,4         | 0,1    | 0      | 9,98     |
|                                    | Хлеб                           |             | Хлебцы злаковые (гречневые)        | 5         | 3,3    | 14           | 0,055  | 0,015  | 2,6      |
|                                    | Фрукты                         | 14/м24-96   | Яблоко св.                         | 165       | 36,03  | 75,9         | 0,66   | 0      | 18,6     |
|                                    |                                | Итого       |                                    | 166       | 634    | 22,735       | 29,745 | 71,86  |          |
| Обед<br>комплекс №1<br>248 руб.    | Холодн.закус                   | ТТК №81     | Салат из кукурузы с яйцом (конс.о) | 100       | 42,23  | 101          | 4,05   | 7,34   | 5,58     |
|                                    | Первое бл                      | 17/133-04   | Суп картофельный                   | 250       | 18,6   | 121,22       | 2,56   | 2,3    | 23,03    |
|                                    | 2 блюдо                        | ТТК №79     | Поджарка из филе индейки           | 75/25     | 135,82 | 310,24       | 22,97  | 22,35  | 4,58     |
|                                    | Гарнир                         | 1/472-96    | Пюре картофельное                  | 150       | 25,2   | 154,3        | 3,26   | 4,69   | 26,3     |
|                                    | Напиток                        | ТТК №103    | Напиток витамин. "Витошка"         | 200       | 17,6   | 78           | 0      | 0      | 19,4     |
|                                    | Хлеб                           |             | Хлебцы злаковые (гречневые)        | 15        | 8,55   | 42           | 0,16   | 0,004  | 7,8      |
|                                    |                                |             | Итого                              |           | 248    | 806,76       | 33     | 36,684 | 86,69    |

Зам. директора по ОП

Н.В.Тарасова