

МЕНЮ  
Гимназия 24



ШКОЛА

| Прием пищи     | Раздел    | № рецепт | Наименование блюда   | Вес блюда   | Цена       | Энергетическая ценность, ккал | Белки, г    | Жиры, г     | Углеводы, г  |
|----------------|-----------|----------|--|-------------|------------|-------------------------------|-------------|-------------|--------------|
| <b>Завтрак</b> |           |          |  |             |            |                               |             |             |              |
|                | гастрон   | 14/2015  | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями)                    | 1/10        | 10,22      | 66,0                          | 0,1         | 7,2         | 0,1          |
|                | овощи     | 71/2015  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)                                  | 1/60        | 7,94       | 9,6                           | 0,6         | 0,1         | 1,5          |
|                | 2 блюдо   | 295/2015 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР-ЦЫПЛЯТ с соусом сметанным с томатом   | 90/50       | 29,5       | 241,7                         | 14,1        | 18,4        | 15,7         |
|                | гарнир    | 302/2015 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/180       | 7,73       | 336,0                         | 10,6        | 11,5        | 47,8         |
|                | напиток   | 377/2015 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ  | 200/15/7    | 4,1        | 49,5                          | 0,4         | 0,0         | 11,7         |
|                | хлеб пшен |          | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ   | 1/50        | 3,46       | 116,9                         | 3,95        | 0,5         | 24,2         |
|                | хлеб ржан |          | ХЛЕБ РЖАНОЙ  | 1/50        | 3,95       | 129,00                        | 4,3         | 1,65        | 21,25        |
|                | фрукты    |          | ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)                        | 1/150       | 23,10      | 69,5                          | 0,6         | 0,6         | 14,7         |
|                |           |          | <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>862</b>  | <b>90</b>  | <b>1 018,2</b>                | <b>34,6</b> | <b>39,9</b> | <b>136,9</b> |
| <b>Обед</b>    |           |          |  |             |            |                               |             |             |              |
|                | овощи     | 71/2015  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)                                | 1/60        | 8,95       | 14,0                          | 0,7         | 0,1         | 2,2          |
|                | 1 блюдо   | 82/2015  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ                           | 250/10      | 10,3       | 102,0                         | 1,8         | 5,0         | 12,3         |
|                | 2 блюдо   | 274/2015 | ЗРАЗЫ рубленные из мяса говядины с соусом сметанным с томатом      | 1/90/50     | 28,6       | 224,0                         | 11,6        | 13,5        | 13,8         |
|                | гарнир    | 310/2015 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%         | 1/180       | 15         | 189,0                         | 3,6         | 7,1         | 25,2         |
|                | напиток   | 388/2015 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА  | 1/200       | 8,8        | 88,2                          | 0,7         | 0,3         | 20,8         |
|                | хлеб пшен |          | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ   | 1/50        | 3,46       | 116,9                         | 3,95        | 0,5         | 24,2         |
|                | хлеб ржан |          | ХЛЕБ РЖАНОЙ  | 1/50        | 3,95       | 129,00                        | 4,3         | 1,65        | 21,25        |
|                | фрукты    |          | ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко 1 шт)                        | 1/150       | 10,94      | 69,5                          | 0,6         | 0,6         | 14,7         |
|                |           |          | <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>1110</b> | <b>90</b>  | <b>863,1</b>                  | <b>26,6</b> | <b>28,1</b> | <b>119,7</b> |
|                |           |          | <b>Всего за день:</b>  | <b>1972</b> | <b>180</b> | <b>1 881,3</b>                | <b>61,2</b> | <b>68,0</b> | <b>256,6</b> |

Экономист по ценам

Миргородская Л.А.

Зав. производством

*Л.А. Миргородская* *А.А. Арсенова*

