



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

Меню на 24 ноября 2023г (сахарный диабет, 2 смена)



Утверждаю  
 Индивидуальный предприниматель  
 Е.А.Иванова

Школа	МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева		Отд./корп	Выход, г	Цена	День			24.11.2023	
	Раздел	№ рец.				Блюдо	Калорийность	Белки		Жиры
Обед комплекс №1 238 руб.	Холодн.закус	ТТК №81	100	42,54	101	4,05	7,34	5,58		
	Первое бл	9/38-04	250/30	13,96	113,78	2,63	3,53	18,97		
	Первое бл	12/т8-96	10	26,22	29,92	3,024	1,98	0		
	2 блюдо	ТТК №101	60/40	93,7	239,7	18,35	16,1	2,5		
	Гарнир	1/472-96	150	23,4	154,3	3,26	4,69	26,3		
	Напиток	11а/705-04	200	10,4	50,6	0,8	0	12		
	Хлеб		10	6,6	28	0,11	0,03	5,2		
	Фрукты	14/т24-96	125	21,18	57,5	0,5	0	14,13		
	Итого				238	774,8	32,724	33,67	84,68	
	Итого				54,63	166,2	7,38	15,18	0	
Полдник 160 руб.	Холодн.закус	0020/413-04	60	54,63	14,35	1,085	0,07	2,49		
	Первое бл	8/97-04	35	9,77	69,62	1,33	0	17,34		
	Напиток	ТТК №12	200	6,12	79,5	1,5	1,5	15		
	К/молочные		125	39,2	14	0,055	0,015	2,6		
	Хлеб		5	3,3	42	0,4	0	10,7		
	Фрукты	14/т24-96	100	46,98						
	Итого				160	385,67	11,75	16,765	48,13	
	Итого									
	Итого				0	0	0	0	0	
	Итого									

Зам. директора по ОП  
 Н.В.Тарасова

*(Handwritten signature)*

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

Меню на 23 ноября 2023 г. (сахарный диабет, 2 смена)

Отд./корп



Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед комплекс №2 238 руб.	Холодн.закус	ТТК №88	Салат свекольный с огурцами (ком)	100	23,12	60,1	2,1	2,5	7
	Первое бл	7/132-96	Суп из овощей	250	11,92	95,5	1,85	4,27	12,2
	Первое бл	12/т8-96	Мясо отварное для 1 блюда	10	26,22	29,92	3,024	1,98	0
	Первое бл	13/т. 1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,3	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	003/394-96	Жаркое по-домашнему	50/125	142,23	284,33	17,35	14,89	21,46
	Доп.гарнир	8/97-04	Горошек зеленый конс	15	4,25	6,15	0,47	0,03	1,065
	Сладкое бл	3а/631-04	Компот из св груш (без сахара)	200	21,71	18,9	0,18	0	4,8
	Хлеб		Хлебцы злаковые (еречневые)	10	6,25	28	0,11	0,03	5,2
				Итого					
Полдник 160 руб.	2 блюдо	0060/362-04	Пудинг из творога (без изюма)	135	238	533,15	25,224	24,7	51,743
			Йогурт молочный "Югорский"	125	87,71	334,75	22,14	15,7	26,9
	Сладкое бл	12а/638-04	Напиток из кураги (без сахара)	200	39,2	78	2,8	2,5	11
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	200	16,09	54,4	1,04	0	13,18
				100	17	46	0,4	0	11,3
			Итого		160	513,15	26,38	18,2	62,38
			Итого		0	0	0	0	0

Зам.директора по ОП *Н.В.Тарасова* Н.В.Тарасова



Согласовано

Директор МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева

Школа *О.Б.Овденко* Н.Б.Овденко

МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева

Отд./корп

Меню на 21 ноября 2023 г (сахарный диабет, 2 смена)

Утверждаю

Индивидуальный предприниматель

*Е.А.Иванова*

День

21.11.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	Холодн.закус	1/60-04	Салат по-щекински	100	25,42	103,04	0,68	9,99	2,64
	Первое бл	14/129-96	Рассольник Ленинградский(помид,	250	19,02	124,5	2,58	4,3	19,4
	Первое бл	12/т8-96	Мясо отварное для 1 блюда	10	26,22	29,92	3,024	1,98	0
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	10	4,6	20,5	0,28	2	0,36
	2 блюдо	0037/420-96	Рулет с луком и яйцом	100	117,47	220	14,57	12,8	12,27
	2 блюдо	0051/а/593-04	Соус томатный(с помидорами)	30	5,45	20,78	0,3	1,08	2
	Гарнир	6/464-96	Рис отварной	150	17,72	219,37	3,87	5,25	41,8
	Сладкое бл	12а/638-04	Напиток из кураги (без сахара)	200	16	54,4	1,04	0	13,18
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	6,1	28	0,11	0,03	5,2
			Итого		238	820,51	26,454	37,43	96,85
Полдник	2 блюдо	0068/272-04	Суфле из моркови	120	52,81	201,4	8,78	13,34	11,91
	К/молочн.		Напиток молочный "Снежок"	200	60	156	5,6	5	22
	Фрукты	14/т24-96	Апельсин	130	47,19	49,4	1,17	0	10,92
			Итого		160	406,8	15,55	18,34	44,83
			Итого		0	0	0	0	0

Зам.директора по О.П.

*Н.В.Тарасова*

Н.В.Тарасова

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

Меню на 20 ноября 2023 г. (сахарный диабет, 2 смена)

Утверждаю  
 Индивидуальный предприниматель  
*Е.А. Иванова*

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

20.11.2023  
 День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 238 руб.	Холодн.закус	20/49-04	Салат из моркови	100	10,15	50,4	1,25	0,096	11,71
	Первое бл	1/120-96	Щи из св.капусты с карт.,помидор	250	19,02	81,4	1,89	3,67	9,605
	Первое бл	12/т8-96	Мясо отварное для 1 блюда	10	26,22	29,92	3,024	1,98	0
	Первое бл	13/т. 1-04	Сметана для 1 блюда	5	2,3	10,25	0,14	1	0,018
	2 блюдо	002/437-04	Гуляш из говядины	40/50	106,07	160,75	12,59	10,76	3,59
	Гарнир	20/523-04	Капуста отварная	150	22,43	78,9	2,9	3,8	8,6
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,53	1	0,2	0	0
	Хлеб		Хлебцы злаковые (еречневые)	5	3,3	14	0,055	0,015	2,6
	Фрукты	14/т24-96	Груша	100	46,98	42	0,4	0	10,7
	Итого								
Полдник 160 руб	2 блюдо	0030/297-96	Итого		238	468,62	22,449	21,321	46,823
	Кмолочные		Запеканка из творога*(яйцо,манка	100	67,22	244,3	17,27	12,5	15,85
	Напиток	11а/705-04	Йогурт Югорский	125	38,05	79,5	1,5	1,5	15
	Хлеб		Отвар из шповника (без сахара)	200	10,4	50,6	0,8	0	12
	Фрукты	14/т24-96	Хлебцы злаковые (еречневые)	5	3,3	14	0,055	0,015	2,6
			Апельсин	115	41,03	43,7	1,03	0	9,66
Итого				160	432,1	20,655	14,015	55,11	
Итого					0	0	0	0	

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