

Меню на 15 декабря 2023г (сахарный диабет, 2 смена)

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

Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А. Иванова

Школа	Приём пищи	Раздел	№ рец.	МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева	Блюдо	Отд./корп	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	День	15.12.2023
Обед	Холодн.закус	20/49-04			Салат из моркови	100	10,31	50,4	1,25	0,096			
	Первое бл	14/129-96			Рассольник Ленинградский(помид.)	250	20,19	124,5	2,58	4,3			11,71
	Первое бл	12/т8-96			Мясо отварное для 1 блюда	10	27,55	29,92	3,024	1,98			19,4
	Первое бл	13/т. 1-04			Сметана для 1 блюда	5	2,3	10,25	0,14	1			0,018
	2 блюдо	ТТК №60/а			Сарделька "Рябушка"грипуш.	90	76,26	250,69	11,5	19,27			8,3
	Гарнир	12/216-04			Картофель тушеный	150	28,65	181,5	3,15	9,6			27,75
	Напиток	7/628-96			Чай без сахара	200	1,53	1	0,2	0			0
	Хлеб				Хлебцы злаковые (зречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03			5,2
	Фрукты	14/т24-96			Апельсин	180	64,61	68,4	1,62	0			15,12
					Итого								
Полдник	2 блюдо	0060/362-04			Пудинг из творога (без изюма)	135	238	744,66	23,574	36,276			87,498
	К/молочные				Йогурт Югорский	125	86,66	334,75	22,14	15,7			26,9
	Напиток	7/628-96			Чай без сахара	200	39,2	79,5	1,5	1,5			15
	Хлеб				Хлебцы злаковые (зречневые)	5	1,53	1	0,2	0			0
	Фрукты	14/т24-96			Яблоко св.	150	3,3	14	0,055	0,015			2,6
				Итого				69	0,6	0		16,95	
				Итого			160	498,25	24,495	17,215		61,45	
				Итого			0	0	0	0		0	

Зам. директора по ОП

Н.В.Тарасова

Н.В.Тарасова

Меню на 14 декабря 2023 г. (сахарный диабет, 2 смена)

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

МБОУ Гимназия им. А. И. Яковлева

Отд./корп

Утверждено
 Индивидуальный предприниматель
 Е. А. Иванова

День 14.12.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 238 руб.	Холодн.закус	ТТК №99	Салат Фруктовый	60	26,9	26,34	0,42	0	6,16
	Первое бл	8/138-96	Суп картофельный с горохом и гр	250/20	13,24	220,97	8,35	4,2	39,7
	Первое бл	20/т17-96	Филе птицы отварное для 1 бл.	20	25,24	36,6	2,52	2,46	0,08
	2 блюдо	006/479-97	Биточки по- белорусски	75	138,46	200,64	15,75	13,66	1,09
	Гарнир	1/472-96	Пюре картофельное	150	21,69	154,3	3,26	4,69	26,3
	Сладкое бл	За/631-04	Компот из св яблок (без сахара)	200	9,39	41,4	0,09	0	10,8
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	5	3,08	14	0,055	0,015	2,6
				Итого					
Полдник 160 руб.	2 блюдо	ТТК №95а	Суфле из филе курицы	100	238	694,25	30,445	25,025	86,73
	Молоко		Молоко натуральное т/п	200	123,84	277,9	22,28	19,9	1,04
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	45	28	106	5,6	6,4	9,4
					8,16	23	0,2	0	5,6
				Итого		160	406,9	28,08	26,3
			Итого		0	0	0	0	0

Зам.директора по О.П.



Н.В. Тарасова

Меню на 13 декабря 2023г. (сахарный диабет, 2 смена)

Согласовано
 Директор МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева
 [Подпись]

Школа МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева

Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Отд./корп	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	13.12.2023
Обед	Холодн. закус	5/22-04	Салат из св.помид.с перцем	60	22,03	107,34	0,8	9,99	3,66	
	Первое бл	1/120-96	Щи из св.капусты с картофелем	250	11,6	81,4	1,89	3,67	9,605	
	Первое бл	12/т8-96	Мясо отварное для 1 блюда	10	27,55	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	0067/303-96	Горбуша припущенная	100	97,57	180,6	25,7	8,54	0,29	
	Гарнир	ТТК-41	Картофель, запеченный с сыром	150	43,54	176,3	3,44	6,49	27,65	
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,53	1	0,2	0	0	
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2	
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	115	22,98	52,9	0,46	0	13	
	Итого					238	677,96	35,904	32,7	59,765
Полдник	2 блюдо	0052/297-96	Запеканка из творога (яйцо,манна)	150	103,72	385	25,89	19,36	31,4	
	Первое бл	13/т.1-04	Сметана кип.	15	6,47	30,75	0,42	3	0,54	
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,53	1	0,2	0	0	
	Фрукты	14/т24-96	Груша	150	48,28	63	0,6	0	16,5	
160 руб.			Итого		160	479,75	27,11	22,36	48,44	
			Итого		0	0	0	0	0	

Зам.директора по ОП ИП Иванова Е.А.

Н.В.Тарасова



Согласовано Меню на 12 декабря 2023 г. (сахарный диабет, 2 смена)

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

Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Е.А.Иванова

Школа МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева

Отд./корп

12.12.2023
День

Прим. пицци	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 238 руб.	Холодн. закус	1/60-04	Салат по-цеккински	60	19,35	61,8	0,41	5,99	1,58
	Первое бл	2/110-96	Борщ с капустой и картоф.	250	12,09	76,02	1,85	1,68	13,12
	Первое бл	12/т8-96	Мясо отварное для 1 блюда	10	27,55	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	ТТК№74	Биф рубленный	80	102,85	216,24	15,58	16,27	1,9
	2 блюдо	0039/528-96	Соус красный основной	30	1,09	14,1	0,25	0,62	1,99
	Гарнир	5/463-96	Гречка отварная	150	11,2	207,72	7,01	4,78	37,56
	Напиток	11а/705-04	Отвар из шиповника (без сахара)	200	10,4	50,6	0,8	0	12
	Хлеб		Хлебцы злаковые (зречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2
	Фрукты	14/т24-96	Груша	140	44,57	58,8	0,56	0	14,9
Полдник 160 руб.			Итого		238	753,45	29,734	32,35	88,268
	2 блюдо	0043/317-04	Запеканка пшеничная с яблоком	250	31,36	367	9,76	9,6	64,23
	Сладкое бл	12а/638-04	Напиток из кураги (без сахара)	200	10,4	54,4	1,04	0	13,18
	Кмолочные		Йогурт Югорский	125	39,2	79,5	1,5	1,5	15
	Фрукты	14/т24-96	Апельсин	220	79,04	83,6	1,98	0	18,48
			Итого		160	584,5	14,28	11,1	110,89
			Итого		0	0	0	0	0

Зам.директора по О.П. Н.В.Тарасова



Согласовано
 Меню на 11 декабря 2023 г. (сахарный диабет, 2 смена)
 Директор МБОУ Гимназия им. А.И.Яковлева
 Н.Б.Овденко



Утверждаю
 Индивидуальный предприниматель
 Е.А.Иванова

Школа

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

11.12.2023

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	Холодн, закуск	ТТК №92	Салат Огородничий (с морковью)	100	19,92	84	1,65	5,02	8,4
	Первое бл	7/132-96	Суп из овощей	250	11,95	95,5	1,85	4,27	12,2
	Первое бл	12/т8-96	Мясо отварное для 1 блюда	10	27,55	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	0018а/416-96	Шницель рубленый	75	101,08	205,53	12,99	11,05	14,34
	2 блюдо	0051/593/04	Соус томатный (томатная паста)	25	2,92	17,28	0,25	1	1,67
	Гарнир	20/523-04	Капуста отварная	150	19,96	96	2,85	5,7	7,35
	Сладкое бл	За/631-04	Компот из св яблок (без сахара)	200	9,39	41,4	0,09	0	10,8
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	10	6,6	28	0,11	0,03	5,2
	Фрукты	14/т24-96	Мандарин	120	36,33	45,6	0,96	0	10,32
			Итого			653,48	23,914	30,05	70,298
Полдник	2 блюдо	0066/286-96	Омлет смешанный с сосисками	135	91,31	286,8	15,1	24,3	2,2
	Доп. гарнир	8/97-04	Горошек зеленый конс	20	6	8,2	0,62	0,04	1,42
	Хлеб		Хлебцы злаковые (гречневые)	5	3,3	14	0,055	0,015	2,6
	Напиток	7/628-96	Чай без сахара	200	1,53	1	0,2	0	0
	К/молочн.		Йогурт молочный	125	39,2	78	2,8	2,5	11
	Фрукты	14/т24-96	Яблоко св.	100	18,66	46	0,4	0	11,3
				Итого			434	19,175	26,855
				Итого					
				Итого					
				Итого		0	0	0	0
			Зам.директора по ОП ИП Иванова Е.А.						
			Н.В.Тарасова						