

МЕНЮ на 18.04.2025

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
133	Картофельное пюре,	170	4,310	5,780	19,440	144,500
92	Котлеты или биточки мясные	60	10,900	8,360	15,370	181,320
216	Соус томатный	40	0,500	2,270	3,320	35,290
287	Напиток "Витошка" витаминный	200	0,000	0,000	1,500	3,200
1	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	15	1,190	0,150	7,250	36,300
3	Хлеб ржаной	15	0,740	0,150	6,720	31,500
588	Яблоки свежие	100	0,400	0,400	9,800	47,000
	Сок фруктовый в индивиду упаковке, 0,2	200	1	0,2	20,2	92
	ИТОГО	800	21,3	22,3	91,69	651,81
	ЦЕНА					101,59

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
133	Картофельное пюре,	200	5,06667	6,44	22,8933	167,54667
92	Котлеты или биточки мясные	60	10,900	8,360	15,370	181,320
216	Соус томатный	40	0,500	2,270	3,320	35,290
271	Чай с сахаром	200	0,080	0,020	10,010	40,510
1	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	25	2,033	0,250	12,200	60,500
3	Хлеб ржаной	25	1,233	0,250	11,200	52,500
	ИТОГО	530	18,69	16,78	72,76	516,57
	ЦЕНА					64,51

Завтрак (для детей, питающихся за счет родительского взноса)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
133	Картофельное пюре	200	5,06667	6,44	22,8933	167,54667
92	Котлеты или биточки мясные	60	10,900	8,360	15,370	181,320
216	Соус томатный	40	0,500	2,270	3,320	35,290
271	Чай с сахаром	200	0,080	0,020	10,010	40,510
1	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	25	2,033	0,250	12,200	60,500
3	Хлеб ржаной	25	1,233	0,250	11,200	52,500
	ИТОГО	550	18,69	16,78	72,76	516,57
	ЦЕНА					81,74

Завтрак (для обучающихся с ОВЗ, детей – инвалидов и детей участников СВО) 5-11 кл

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
133	Картофельное пюре	200	5,06667	6,44	22,8933	167,54667
92	Котлеты или биточки мясные	60	10,900	8,360	15,370	181,320
216	Соус томатный	40	0,500	2,270	3,320	35,290
287	Напиток "Витошка" витаминный	200	0,000	0,000	1,500	3,200
1	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	25	2,033	0,250	12,200	60,500
3	Хлеб ржаной	25	1,233	0,250	11,200	52,500
	Печенье для детского питания	50	4	5,5	32,7	196
	ИТОГО	600	23,72	23,07	99,18	696,35

Обед (для обучающихся с ОВЗ, детей – инвалидов и детей участников СВО) 5-11 кл

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
58	Суп картофельный с клецками	250	2,670	4,260	13,680	102,250
142,234	Картофель тушеный с рыбными котлетами	200-60	13,400	16,260	39,260	360,000
1	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами	20	1,620	0,200	9,760	48,400
282	Напиток из плодов шиповника	200	0,680	0,280	29,620	136,600
2	Хлеб ржаной	30	0,700	0,230	2,200	13,050
	Йогурт детский питьевой(витаминизированный)100	100	4,000	1,500	14,300	90,000
	ИТОГО	860	23,07	22,73	108,82	750,3
	ЦЕНА (обед+завтрак)	1460	46,79	45,8	208	1446,65
						193,75

Обед (для обучающихся с ОВЗ, детей – инвалидов и детей участников СВО) нач кл

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
58	Суп картофельный с клецками	250	2,670	4,260	13,680	102,250
142,234	Картофель тушеный с рыбными котлетами	200-60	13,400	16,260	39,260	360,000
1	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами	20	1,620	0,200	9,760	48,400
282	Напиток из плодов шиповника	200	0,680	0,280	29,620	136,600
2	Хлеб ржаной	30	0,700	0,230	2,200	13,050
	Йогурт детский питьевой(витаминизированный)100	100	4,000	1,500	14,300	90,000
	ИТОГО	860	23,07	22,73	108,82	750,3
	ЦЕНА					112,72

Шеф повар

Кашбулина

А.К. Кашбулина/

«Утверждаю»

Директор МБОУ Гимназия №1

Мифтахова Л.Р.

Интернат

МЕНЮ на 18.04.2025

Завтрак

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Тк№178	Каша ячневая молочная	200	7,22	35,53	10,39	252,93
ТК№2, 1	Бутерброд с маслом с сыром	100/10/10	8,68	11,3	43,68	311,66
283	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35
	ИТОГО	520	16	46,83	63,17	599,59

Обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
58	Суп картофельный с клецками	250	2,670	4,260	13,680	102,250
142	Картофель тушеный	200	4,4	12,26	30,26	252
39	Фрикадельки мясные	30	5,5	4	5	80
283	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35
ХЛЕБПШ	Хлеб пшеничный	100	6	1,4	43,2	210
	ИТОГО	780	18,67	21,92	101,24	679,25
	ЦЕНА	1300	32,45	41,02	177,42	1209,91
						99,00

Ужин

Обед для сотрудников

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
133	Картофельное пюре	200	5,06667	6,44	22,8933	167,54667
92	Котлеты или биточки мясные	60	10,900	8,360	15,370	181,320
216	Соус томатный	40	0,500	2,270	3,320	35,290
271	Чай с сахаром	200	0,080	0,020	10,010	40,510
1	Хлеб пшеничный	50	2,033	0,250	12,200	60,500
	ИТОГО	640	19,855	22,571	101,072	694,469
						58,87

Шеф повар Кашбуллина А.К. Кашбуллина/