

«Утверждаю»

Директор МБОУ Гимназия №1  Ганиев А.Г.

Интернат

МЕНЮ на 17.10.2025

Завтрак № рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Тк №178	Каша пшеничная Артек 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
197	Макаронные изделия отварные	200	7,17	5,28	47,82	272,16
39	Фрикадельки мясные	30	5,5	4	5	80
283	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35
ХЛЕБ ПШ	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
						86,60

Ужин

Обед для сотрудников

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
16	Салат из моркови	100	1,100	5,083	15,850	114,600
133	Картофельное пюре	200	5,06667	6,44	22,8933	167,54667
92	Котлеты или биточки мясные с томатным соусом	100	11,400	10,630	18,690	216,610
287	Напиток "Витошка" витаминный	200	0,000	0,000	1,500	3,200
1	Хлеб пшеничный	50	2,033	0,250	12,200	60,500
	ИТОГО	650	21,575	22,652	83,168	622,715
						67,57

Шеф повар  А.К. Кашбулина/

«Утверждаю»

Директор МБОУ Гимназия №1

Гашиев А.Г.

МЕНЮ на 17.10.2025

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
16	Салат из моркови	60	0,660	3,050	9,510	68,760
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)	25	1,975	0,249	12,035	60,258
3	Хлеб ржаной	25	2,033	0,250	12,200	60,500
	Яблоко	100	0,400	0,400	9,800	47,000
	ИТОГО	680	20,779	20,359	83,175	600,828
	ЦЕНА					79,86

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
16	Салат из моркови	100	1,100	5,083	15,850	114,600
133	Картофельное пюре	200	5,06667	6,44	22,8933	167,54667
92	Котлеты или биточки мясные с томатным соусом	100	11,400	10,630	18,690	216,610
287	Напиток "Витошка" витаминный	200	0,000	0,000	1,500	3,200
1	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	25	1,975	0,249	12,035	60,258
3	Хлеб ржаной	25	2,033	0,250	12,200	60,500
16	Салат из моркови	100	1,100	5,083	15,850	114,600
	ИТОГО	650	21,575	22,652	83,168	622,715
	ЦЕНА					70,92

Завтрак (для детей, питающихся за счет родительского взноса)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
16	Салат из моркови	100	1,100	5,083	15,850	114,600
133	Картофельное пюре	200	5,06667	6,44	22,8933	167,54667
92	Котлеты или биточки мясные с томатным соусом	100	11,400	10,630	18,690	216,610
287	Напиток "Витошка" витаминный	200	0,000	0,000	1,500	3,200
1	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	25	1,975	0,249	12,035	60,258
3	Хлеб ржаной	25	2,033	0,250	12,200	60,500
	ИТОГО	650	21,575	22,652	83,168	622,715
	ЦЕНА					71,72

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 с томатным соусом	100	11,400	10,630	18,690	216,610
287	Напиток "Витошка" витаминный	200	0,000	0,000	1,500	3,200
1	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	25	1,975	0,249	12,035	60,258
3	Хлеб ржаной	25	2,033	0,250	12,200	60,500
	ИТОГО	550	20,47	17,56	67,38	508,11

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
16	Салат из моркови	100	1,100	5,083	15,850	114,600
58	Суп картофельный с клецками	250	2,670	4,260	13,680	102,250
83	Котлета рыбная	60	7,470	9,570	9,600	154,900
197	Макаронные изделия отварные	200	7,175	5,288	47,825	272,163
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
	Йогурт детский питьевой витамин.	100	4,000	1,500	14,300	90,000
2	Хлеб ржаной	30	1,500	0,300	13,400	63,000
	ИТОГО	960	26,21	26,48	154,03	981,91
	ЦЕНА	1510	46,69	44,05	221,35	1490,02/153,86

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 клецкам	250	2,670	4,260	13,680	102,250
83	Котлета рыбная	60	7,470	9,570	9,600	154,900
197	Макаронные изделия отварные	160	5,740	4,230	38,260	217,730
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
	ИТОГО	720	18,880	18,770	103,120	672,930
	ЦЕНА					62,47

ГПД

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
129	Котлеты из птицы	60	4,680	8,210	12,580	143,660
197	Макаронные изделия отварные	160	5,740	4,230	38,260	217,730
1	Хлеб пшеничный	40	2,033	0,250	12,200	60,500
282	Напиток из плодов шиповника	200	0,680	0,280	29,620	136,600
	ИТОГО	720	18,880	18,770	103,120	672,930/62,30

Шеф повар  А.К. Кашбуллина/