

"Согласовано" Руководитель образовательного учреждения  
Директор школы

"Утверждаю" Генеральный директор ООО "КШГ"  
Кайдашова Л.Б.



**Меню на 16.09.2021 по ООО "Комбинат школьного питания  
для питания учащихся в городе Гай гимназия**



Вид меню / Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
<b>Школ.завтрак 27,30 (малообеспеченным) Гай</b>						
Омлет натуральный	100	10,11	14,32	2,06	186,25	Лапшина 342
Чай с лимоном	200/9	0,29	0	15,37	59,3	Лапшина 686
Батон нарезной	1/35	1,46	1,05	17,97	65,6	пром. пр-во
<b>Школ.завтрак (7-11лет) на сумму 55,43(Гай)</b>						
Омлет натуральный	130	11,5	22,1	2,19	253,4	Лапшина 340
Сыр порциями	15	3,48	4,43	0	54	Тутельян 7
Чай с лимоном	210	0,29	0	15,37	59,3	Лапшина 686
Хлеб пшеничный	40	3,24	0,36	19,88	90,4	пром. произ-во
Фрукты мытые поштучно	140	0,5	0	15,82	64,4	Тутельян 368
<b>Школ.завтрак ОБЗ Гай (55,43)</b>						
Омлет натуральный	130	11,5	22,1	2,19	253,4	Лапшина 340
Сыр порциями	15	3,48	4,43	0	54	Тутельян 7
Чай с лимоном	210	0,29	0	15,37	59,3	Лапшина 686
Хлеб пшеничный	40	3,24	0,36	19,88	90,4	пром. произ-во
Фрукты мытые поштучно	140	0,5	0	15,82	64,4	Тутельян 368
<b>Школ.завтрак 52,00+12,60 (с 12 лет) Гай</b>						
Омлет натуральный	150	13,25	25,5	2,52	293	Лапшина 340
Сыр порциями	20	4,6	9	0	72,6	Тутельян 7
Чай с лимоном	210	0,29	0	15,37	59,3	Лапшина 686
Хлеб пшеничный	30	2,43	0,9	15,4	60,9	пром. произ-во
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,4	пром. произ-во
Фрукты мытые поштучно	0,150	0,6	0	16,95	69,0	Тутельян 368
<b>Школ.обед 72,40(7-11 лет) Гай при 2-х разовом питании</b>						
Икра из кабачков	60	0,6	3,9	2,82	49,14	Лапшина 101
Суп-лапша домашняя	200	2,29	3,57	11,75	91,5	Лапшина 148
Рыба запеченная в молочном соусе	90	11,97	6,47	4,46	92,39	Тутельян 251
Сложный гарнир (капуста и картофель)	150	3,47	4,14	21,45	133,5	Лапшина 553
Сок фруктовый	180	0,9	0,18	18,72	82,8	Лапшина 707
Хлеб пшеничный	1/20	1,52	0,18	9,94	45,2	пром. произ-во
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	79,2	пром. произ-во
Вафли (поштучно)	16	1,04	4,98	9,2	84,3	пром.произв.
<b>Школ.обед 85,00 (с 12лет ) Гай при 2-х разовом питании</b>						
Икра из кабачков	100	1	6,5	4,7	81,9	Лапшина 101
Суп-лапша домашняя	250	2,9	4,5	14,69	114,4	Лапшина 148
Рыба запеченная в молочном соусе	100	13,3	7,19	4,95	102,66	Тутельян 251
Сложный гарнир (капуста и картофель)	200	4,63	5,52	28,6	178	Лапшина 553
Сок фруктовый	200	1	0	23,4	110	Лапшина 707
Хлеб пшеничный	1/20	1,52	0,18	9,94	45,2	пром. произ-во
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	79,2	пром. произ-во
<b>Школ.завтрак 37,30+27,30 (ст.в.гр, част.льготное) Гай</b>						
Омлет натуральный	150	13,25	25,5	2,52	293	Лапшина 340
Сыр порциями	20	4,6	9	0	72,6	Тутельян 7
Чай с лимоном	210	0,29	0	15,37	59,3	Лапшина 686
Хлеб пшеничный	30	2,43	0,9	15,4	60,9	пром. произ-во
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,4	пром. произ-во
Фрукты мытые поштучно	0,150	0,6	0	16,95	69,0	Тутельян 368
<b>Школ.завтрак ОБЗ (второй) (9,57)</b>						
Фрукты мытые поштучно	120	0,5	0	13,56	55,2	Тутельян 368
<b>Школ.обед 72,40+12,60(с 12лет ) Гай</b>						
Икра из кабачков	100	1	6,5	4,7	81,9	Лапшина 101
Суп-лапша домашняя	250	2,9	4,5	14,69	114,4	Лапшина 148
Рыба запеченная в молочном соусе	100	13,3	7,19	4,95	102,66	Тутельян 251
Сложный гарнир (капуста и картофель)	200	4,63	5,52	28,6	178	Лапшина 553
Сок фруктовый	180	0,9	0,18	18,72	82,8	Лапшина 707
Хлеб пшеничный	1/20	1,52	0,18	9,94	45,2	пром. произ-во