



**Меню на 20.09.2021 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		
Школ.завтрак 27,30 (малообеспеченным) Гай						
Омлет натуральный	100	10,11	14,32	2,06	186,25	Лапшина 342
Какао с молоком	150	3,1	2	19,84	114,16	Лапшина 693
Хлеб пшеничный	1/20	1,52	0,18	9,94	45,2	пром. произ-во
Школ.завтрак (7-11лет) на сумму 55,43(Гай)						
Омлет натуральный	140	12,4	23,8	2,36	273,47	Лапшина 340
Сыр порциями	10	2,3	4,5	0	36,3	Тутельян 7
Какао с молоком	200	3,87	2,5	24,8	142,7	Лапшина 693
Хлеб пшеничный	30	2,43	0,9	15,4	60,9	пром. произ-во
Фрукты мытые поштучно	120	0,5	0	13,56	55,2	Тутельян 368
Школ.завтрак ОБЗ Гай (55,43)						
Омлет натуральный	140	12,4	23,8	2,36	273,47	Лапшина 340
Сыр порциями	10	2,3	4,5	0	36,3	Тутельян 7
Какао с молоком	200	3,87	2,5	24,8	142,7	Лапшина 693
Хлеб пшеничный	30	2,43	0,9	15,4	60,9	пром. произ-во
Фрукты мытые поштучно	120	0,5	0	13,56	55,2	Тутельян 368
Школ.завтрак 52,00+12,60 (с 12 лет) Гай						
Омлет натуральный	150	13,25	25,5	2,52	293	Лапшина 342
Сыр порциями	15	3,48	4,43	0	54	Тутельян 7
Какао с молоком	200	3,87	2,5	24,8	142,7	Лапшина 693
Хлеб пшеничный	45	3,65	0,41	22,36	101,7	пром. произ-во
Фрукты мытые поштучно	140	0,5	0	15,82	64,4	Тутельян 368
Школ.обед 72,40 (7-11 лет) Гай при 2-х разовом питании						
Салат из свежих огурцов и помидоров	60	0,44	6	2,2	64,27	Лапшина 20
Борщ из свежей капусты со сметаной	200/10	1,75	5,43	10,59	98,2	Тутельян 57
Зразы рубленые	90	11,97	19,32	8,81	235,18	Лапшина 456
Пюре гороховое	150	15,78	5,28	28,46	232	Лапшина 514
Компот из свежих плодов	180	0,15	0	25,65	92,52	Лапшина 631
Хлеб пшеничный	30	2,43	0,9	15,4	60,9	пром. произ-во
Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	7,86	41,2	пром. произ-во
Школ.обед 85,00 (с 12лет) Гай при 2-х разовом питании						
Салат из свежих огурцов и помидоров	100	0,73	4,9	3,66	57	Лапшина 20
Борщ из свежей капусты со сметаной	260	1,85	5,25	7,06	90,01	Лапшина 110
Зразы рубленые	100	13,3	21,47	9,79	281,31	Лапшина 456
Пюре гороховое	180	18,94	6,34	34,15	278,4	Лапшина 514
Компот из свежих плодов	200	0,16	0	28,5	108,2	Лапшина 631
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
Школ.завтрак 37,30+27,30 (ст.в.гр, част.льготное) Гай						
Омлет натуральный	150	13,25	25,5	2,52	293	Лапшина 342
Сыр порциями	15	3,48	4,43	0	54	Тутельян 7
Какао с молоком	200	3,87	2,5	24,8	142,7	Лапшина 693
Хлеб пшеничный	45	3,65	0,41	22,36	101,7	пром. произ-во
Фрукты мытые поштучно	140	0,5	0	15,82	64,4	Тутельян 368
Школ.завтрак ОБЗ (второй) (9,57)						
Сок фруктовый	200	1	0	23,4	110	Лапшина 707
Школ.обед 72,40+12,60 (с 12лет) Гай						
Салат из свежих огурцов и помидоров	100	0,73	4,9	3,66	57	Лапшина 20
Борщ из свежей капусты со сметаной	260	1,85	5,25	7,06	90,01	Лапшина 110
Зразы рубленые	100	13,3	21,47	9,79	281,31	Лапшина 456
Пюре гороховое	180	18,94	6,34	34,15	278,4	Лапшина 514
Компот из свежих плодов	200	0,16	0	28,5	108,2	Лапшина 631
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
Школ.обед 57,70+27,30 (с 12лет) Гай						
Салат из свежих огурцов и помидоров	100	0,73	4,9	3,66	57	Лапшина 20

Борщ из свежей капусты со сметаной	260	1,85	5,25	7,06	90,01	Лапшина 110
Зразы рубленные	100	13,3	21,47	9,79	281,31	Лапшина 456
Пюре гороховое	180	18,94	6,34	34,15	278,4	Лапшина 514
Компот из свежих плодов	200	0,16	0	28,5	108,2	Лапшина 631
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

Ст. технолог:



Калькулятор:

