



СОГЛАСОВАНО:

*И. В. Дураскина*  
МБОУ "Гимназия №1"  
*Григорьев О.Ю.*



УТВЕРЖДАЮ:

Директор  
ООО «Торговый дом Ядрин»  
*А.Н. Матвеев*

МЕНЮ  
на 23.01 2025г

13.01.2025

4 день

наименование блюда		выход	пищевая ценность				номер рецептуры
			белки	жиры	углеводы	ккал	
завтрак 7-11 лет							
яйцо отварное	12,36	50	5,10	4,60	0,30	63,00	209*
каша молоч.гречневая с маслом	17,48	200\5	7,73	9,65	30,00	248,00	173*
чай с молоком	7,72	200	1,60	1,65	17,36	86,00	378*
хлеб пшеничный	4,44	50	3,80	0,40	24,30	119,00	
итого:	42,00		18,23	16,30	71,96	516,00	
завтрак 12-18 лет							
яйцо отварное	12,36	50	5,10	4,60	0,30	63,00	209*
каша молоч.гречневая с маслом	17,48	200\5	7,73	9,65	30,00	248,00	173*
чай с молоком	7,72	200	1,60	1,65	17,36	86,00	378*
хлеб пшеничный	4,44	50	3,80	0,40	24,30	119,00	
печенье	5,91	20	0,75	1,59	4,80	43,00	
итого:	47,91		18,23	16,30	71,96	516,00	
обед 7-11 лет							
салат из свеклы отварной	3,27	80	0,76	9,04	4,59	103,00	52*
суп картоф. с макарон.изделиями	11,97	200\15	2,26	4,30	16,68	117,00	103*
котлеты домашние с соусом	33,17	90(50/40)	10,02	17,73	8,81	235,00	271*
рис отварной	15,68	150	3,81	6,11	38,61	228,00	304*
компот из кураги	7,43	200	1,04	0,00	30,96	123,00	348*
хлеб ржаной	4,44	60	2,82	0,60	0,60	126,00	
фрукты	14,04	130	0,52	0,52	12,74	58,00	338*
итого:	90,00		21,23	38,30	112,99	990,00	
обед 12-18 лет							
салат из свеклы отварной	3,27	80	0,76	9,04	4,59	103,00	52*
суп картоф. с макарон.изделиями	12,19	250\15	2,84	5,37	20,84	146,00	140*
котлеты домашние с соусом	35,41	100(50\50)	11,13	19,70	9,78	261,00	271*
рис отварной	17,26	180	4,58	7,33	46,33	275,00	304*
компот из кураги	7,43	200	1,04	0,00	30,96	123,00	348*
хлеб ржаной	4,44	60	2,82	0,60	0,60	126,00	
итого:	80,00		23,17	42,04	113,10	1034,00	