



Утверждаю:
 Директор гимназии №164
 К.Н. Чернов

Прием пищи	Наименование блюда	№ рецептуры	Выход для 1-4 класса	Выход для 5-11 класса	Белки, г 1-4 класс	Белки, г 5-11 класс	Жиры, г 1-4 класс	Жиры, г 5-11 класс	Углеводы, г 1-4 класс	Углеводы, г 5-11 класс	Энергетическая ценность, ккал 1-4 класс	Энергетическая ценность, ккал 5-11 класс	Цена 1-4 класс	Цена 5-11 класс	Цена Дети ОВЗ 1-4 класс	Цена Дети ОВЗ 5-11 класс

11 мая 2022 года

среда

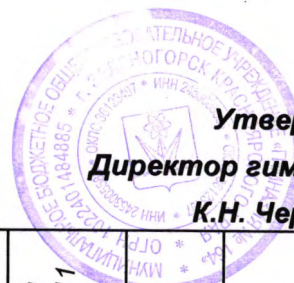
С																
Завтрак	Каша рисовая с курагой и маслом сливочным	177	200/10	240/20	6,11	8,02	11,76	15,44	35,30	46,34	272,76	46,34	26,02	37,12	26,02	37,12
	Масло сливочное	14	10	10	0,08	0,08	7,25	7,25	0,13	0,13	66,00	66,00	9,03	9,03	9,03	9,03
	Какао с молоком	382	200	200	4,08	4,08	3,54	3,54	17,58	17,58	118,60	17,58	14,46	14,46	14,46	14,46
	Хлеб пшеничный	ПР	40	40	1,58	0,40	0,20	0,30	9,66	10,30	46,76	10,30	3,12	3,12	3,12	3,12
	Хлеб ржано-пшеничный	ПР	40	40	2,24	1,12	0,44	0,22	19,76	9,88	91,96	9,88	3,00	3,00	3,00	3,00
	Груша	338	50	50	0,40	1,58	0,30	0,20	10,30	9,66	47,00	9,66	12,50	12,50	12,50	12,50
Обед	Помидор свежий	71	0	20	0,66	1,10	0,12	0,20	2,28	3,80	13,20	22,00	0,00	7,38	0,00	7,38
	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	84	200/15	200/20	2,84	3,56	4,09	5,12	11,33	14,17	102,20	127,75	17,07	18,33	17,07	18,33
	Картофельное пюре с маслом сливочным	128	100/5	100/5	3,26	5,26	9,62	9,62	18,89	18,89	281,50	381,50	18,20	18,20	18,20	18,20
	Печень по-строгановски	255/332	50/40	50/50	13,26	13,26	11,23	11,23	3,52	3,52	285,00	285,00	40,70	45,22	40,70	45,22
	Компот из крыжовника и черной смородины	345	200	200	0,46	0,52	0,16	0,18	22,35	24,84	92,61	102,90	23,21	23,21	23,21	23,21
	Хлеб пшеничный	ПР	20	42	1,58	0,79	0,20	0,10	9,66	4,83	46,76	23,38	1,56	3,52	1,56	3,52
	Хлеб ржано-пшеничный	ПР	20	40	0,56	0,56	0,11	0,11	4,94	4,94	22,99	22,99	1,50	3,00	1,50	3,00

Директор ООО "Адель"

О.М.Опекина

Зав.производством пищеблока

Н.Г.Кириловская



Утверждаю:

Директор гимназии №164

К.Н. Чернов

Прием пищи	Наименование блюда	№ рецептуры	Выход для 1-4 класса	Выход для 5-11 класса	Белки, г 1-4 класс	Белки, г 5-11 класс	Жиры, г 1-4 класс	Жиры, г 5-11 класс	Углеводы, г 1-4 класс	Углеводы, г 5-11 класс	Энергетическая ценность, ккал 1-4 класс	Энергетическая ценность, ккал 5-11 класс	Цена 1-4 класс	Цена 5-11 класс	Цена Дети ОВЗ 1-4 класс	Цена Дети ОВЗ 5-11 класс
12 мая 2022 год																
четверг																
Завтрак	Омлет натуральный	210	100/5	130/10	16,17	21,56	28,8	38,4	3,06	1,12	336,00	1,12	30,71	41,81	30,71	41,81
	Кофейный напиток с молоком сгущенным	380	200	200	2,94	2,94	1,98	1,98	20,92	20,92	113,40	20,92	21,86	21,86	21,86	21,86
	Хлеб ржано-пшеничный	ПР	20	20	1,12	3,16	0,22	0,40	9,88	19,32	45,98	19,32	1,56	1,56	1,56	1,56
	Хлеб пшеничный	ПР	20	20	1,58	2,24	0,20	0,44	9,66	19,76	46,76	19,76	1,50	1,50	1,50	1,50
	Апельсин	338	50	50	0,90	0,90	0,20	0,20	8,10	8,10	43,00	8,10	12,50	12,50	12,50	12,50
	Огурец свежий	71	30	30	0,42	0,70	0,60	0,10	1,14	1,90	7,20	12,00	11,07	11,07	11,07	11,07
	Супкартофельный с бобовыми	102	200	250	3,92	4,90	4,26	5,33	15,38	19,23	115,54	144,43	12,72	15,90	12,72	15,90
	Коплеты из курицы с маслом сливочным	294	80/5	90/10	14,90	15,86	14,32	15,24	13,91	14,80	244,40	260,00	37,79	44,46	37,79	44,46
	Макаронные изделия отварные	309	100	120	5,51	6,62	4,51	5,42	26,44	31,73	168,45	202,14	10,88	14,98	10,88	14,98
	Компот из смеси сухофруктов	349	200	200	0,66	1,16	0,09	0,30	32,01	47,26	132,80	196,38	26,33	26,33	26,33	26,33
	Хлеб пшеничный	ПР	25	40	1,58	1,12	0,20	0,22	9,66	9,88	46,76	45,98	1,95	3,12	1,95	3,12
	Хлеб ржано-пшеничный	ПР	20	40	2,24	2,24	0,44	0,44	19,76	19,76	91,96	91,96	1,50	3,00	1,50	3,00

Директор ООО "Адель"

О.М.Опекина

За производством пищеблока

Н.Г.Кириловская



Утверждаю:
 Директор гимназии №164
 К.Н. Чернов

Прием пищи	Наименование блюда	№ рецептуры	Выход для 1-4 класса	Выход для 5-11 класса	Белки, г 1-4 класс	Белки, г 5-11 класс	Жиры, г 1-4 класс	Жиры, г 5-11 класс	Углеводы, г 1-4 класс	Углеводы, г 5-11 класс	Энергетическая ценность, ккал 1-4 класс	Энергетическая ценность, ккал 5-11 класс	Цена 1-4 класс	Цена 5-11 класс	Цена Дети ОБЗ 1-4 класс	Цена Дети ОБЗ 5-11 класс

13 мая 2022 год
 пятница

Завтрак	13 мая 2022 год															
	пятница															
Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	181	200/10	240/10	8,69	10,69	9,50	15,50	50,63	50,63	323,75	423,75	20,58	27,46	20,58	27,46	
Масло (порциями)	14	10	15	0,08	0,08	7,25	7,25	0,13	0,13	66,00	66,00	9,03	13,25	9,03	13,25	
Сыр (порциями)	15	10	10	6,96	6,96	8,85	8,85	0,00	0,00	108,00	108,00	9,09	9,09	9,09	9,09	
Чай с лимоном	377	200/15/7	200/15/7	0,53	0,53	0,00	0,00	9,87	9,87	41,60	41,60	10,81	10,81	10,81	10,81	
Хлеб ржано-пшеничный	ПР	40	40	1,12	1,12	0,22	0,22	9,88	9,88	45,98	45,98	3,12	3,12	3,12	3,12	
Хлеб пшеничный	ПР	40	40	2,37	3,16	0,30	0,40	14,49	19,32	70,14	93,52	3,00	3,00	3,00	3,00	
Яблоко	338	50	50	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00	12,50	12,50	12,50	12,50	
Обед																
Зелный горошек консервированный	306	10	20	1,72	2,88	1,63	2,72	3,46	5,78	35,52	59,20	4,09	8,18	4,09	8,18	
Расстольник Ленинградский со сметаной	96	250/20	250/20	2,01	2,20	5,09	5,20	11,98	15,58	107,25	117,90	21,76	21,76	21,76	21,76	
Тефтели 1-й вариант с соусом сметанный с томатом	278/31	60/50	70/50	7,83	11,74	8,75	13,12	10,25	15,37	151,00	226,49	40,30	46,82	40,30	46,82	
Каша гречневая рассыпчатая	302	150	200	10,67	11,87	4,91	5,47	47,80	53,12	278,23	309,15	18,03	24,04	18,03	24,04	
Чай с джемом	376	200/20	200/20	0,16	0,16	0,020	0,020	14,33	14,33	58,00	58,00	11,94	11,94	11,94	11,94	
Хлеб пшеничный	ПР	40	40	3,16	3,16	0,40	0,40	19,32	19,32	93,52	93,52	3,12	3,12	3,12	3,12	
Хлеб ржано-пшеничный	ПР	40	40	2,24	2,24	0,44	0,44	19,76	19,76	91,96	91,96	3,00	3,00	3,00	3,00	

Директор ООО "Адель"

О.М.Опекина

За производством пищеблока

Н.Г.Кириловская