



«07» ОКТЯБРЬ 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Горячий завтрак						
Бутерброд с маслом	20/15	3,91	6,64	9,14	112,93	19,12
Каша молочная пшенная	200	7,36	7,05	14,32	123,54	24,17
Кофейный напиток	200	3,09	2,54	15,15	110,63	14,16
Хлеб Николаевский	25	1,12	0,22	11,58	55,25	2,15
Фрукт банан	200	0,60	0,00	20,14	88,80	48,10
Стоимость		16,08	16,45	70,33	491,15	107,70

Зав. Столовой *Ксена*

Мед. Работник *АК*



МЕНЮ

«07»ОКТАБРЯ 2024 г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Обед						138,40
Рассольник Ленинградский со сметаной	250	8,23	10,78	28,63	197,99	26,98
Рыба запеченная под овощами	90	12,22	10,98	12,72	228,36	74,29
Юре картофельное	150	3,3	4,4	33,54	194,20	24,11
Компот из яблок	200	0,08	0,08	11,94	49,30	9,36
Хлеб Николаевский	25	1,12	0,22	11,28	55,25	2,15
Хлеб "Свежий"	20	1,97	0,25	13,28	56,74	1,51
	735	26,92	26,71	111,39	781,84	
Полдник						65
Пулочка "Выборская" пром.произ (К)	80	11,20	11,12	19,98	205,33	22,88
Папкок из свежих ягод	180	0,24	0,11	10,66	76,00	11,40
Фрукт (яблоко)	160	0,60	0,00	21,60	88,80	30,72
СТОИМОСТЬ ДНЯ		12,04	11,23	52,24	370,13	203

ав. Столовой _____ *Korof*

Мед. Работник _____ *[Signature]*



«08» ОКТЯБРЯ 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Горячий завтрак						
Бутерброд с маслом	20/15	1,48	6,17	8,13	98,44	30,88
Каша молочная манная	200	8,69	7,05	9,52	123,54	26,70
Чай с сахаром	200	3,09	2,54	18,24	119,82	1,45
Фрукт (яблоко)	230	0,60	0,00	20,14	88,80	32,64
Зефир "Косичка"	7	0,03	0,007	4,87	17,08	13,88
Хлеб Николаевский	25	0,90	0,18	9,26	44,20	2,15
Стоимость		14,79	15,95	70,16	491,88	107,70

Зав. Столовой каф

Мед. Работник Ал

УТВЕРЖДАЮ
Директор



МЕНЮ

«08» ОКТЯБРЯ 2024 г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Обед						138,40
Овощи соленые	80	0,64	0,09	1,63	10,93	31,12
Суп -лапша с мясом	250	7,12	10,10	28,53	216,83	20,53
Плов с мясом	250	15,98	15,56	42,77	336,98	73,20
Отвар из шиповника	200	0,68	0,28	15,64	104,68	8,38
Хлеб Николаевский	25	1,12	0,22	11,28	55,25	2,15
Хлеб "Свежий"	40	1,97	0,25	13,28	56,74	3,02
		27,51	26,50	113,13	781,41	
Полдник						65
Шаньга с картофелем (К)	70	8,45	7,23	35,77	189,09	28,60
Кисель брусничный	200	3,57	4,23	15,68	149,5	23,40
Зефир воздушный	15					13,00
		12,02	11,46	51,45	338,59	
Стоимость дня						203

Зав. Столовой 

Мед. Работник 

УТВЕРЖДАЮ
Директор АООТ
"Гимназия российской культуры"
В. Затвинская

«09» ОКТЯБРЯ 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Горячий завтрак						
Печенье инд.упак	50	1,76	3,91	30,25	139,65	15,47
Мюсли натуральный	170	11,23	9,32	5,77	164,77	53,95
Май с молоком и сахаром	200	1,55	1,28	14,45	67,64	7,14
Матон "Молочный" выд.	20	0,90	0,18	9,26	34,20	2,34
Фрукт (яблоко)	150	0,66	0,38	9,84	85,00	28,80
ИТОГО	540	16,10	15,07	69,57	491,26	107,70

ав. Столовой 


Мед. Работник 




МЕНЮ

«09» ОКТЯБРЯ 2024 г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Обед						138,40
Борщ с птицей и сметаной	250	7,79	7,88	18,94	225,76	31,08
Гуляш из мяса	100	11,29	9,74	19,8	194,33	77,96
Макароны отварные	160	4,86	10,89	43,71	203,55	13,28
Напиток клубничный	200	0,16	0,04	5,2	50,3	12,42
Хлеб Николаевский	25	1,12	0,22	11,28	55,25	2,15
Хлеб "Свежий"	20	1,97	0,25	13,28	56,74	1,51
		27,19	29,02	112,21	785,93	
Полдник						65,00
Палочка сырная (ТХК)	80	6,14	10,23	33,28	256,63	27,30
Чай с сахаром и лимоном	200	0,01	0,00	9,98	39,98	2,60
Йогурт 125 гр в ассортименте	125	4,80	1,50	4,50	38,70	35,10
Стоимость дня		10,95	11,73	47,76	335,31	203

Зав. Столовой 

Мед. Работник 

УТВЕРЖДЕНО

Директор ГАОУ ДО

"Гимназия Российской культуры"

В. Загвязинская



«10» ОКТЯБРЯ 2024г.

Возрастная категория с 7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Горячий завтрак						
Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,80	18,40
Паша молочная рисовая	200	6,7	9,05	31,19	128,33	27,95
Какао с молоком	200	3,40	3,20	21,20	127,20	14,03
Хлеб Николаевский	25	0,90	0,18	9,26	34,20	2,15
Печенье сахарное "Плетеная Магия"	45	2,74	2,52	12,98	124,16	12,54
Фрукт (яблоко)	170	0,66	0,38	9,84	85,00	32,64
ИТОГО		19,48	19,93	84,75	561,69	107,70

ав. Столовой

Мед. Работник



МЕНЮ

«10» ОКТЯБРЯ 2024 г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Обед						138,40
вощи свежие	60	0,35	1,04	1,11	15,15	21,17
олянка сборная со сметаной и еленью	250	10,17	9,29	28,33	236,03	43,04
отлета рыбная	90	11,25	9,73	15,36	182,97	37,64
улгур отварной	150	3,34	6,37	26,76	179,36	17,76
апиток брусничный	200	0,1	0	16,10	56,68	15,14
леб Николаевский	25	1,12	0,22	11,28	55,25	2,15
леб "Свежий"	20	1,97	0,25	13,28	56,74	1,51
		28,30	26,90	112,22	782,18	
Полдник						65,00
ирожок печеный с картофелем (К)	80	8,06	9,63	20,84	147,36	23,40
апиток из свежих ягод	200	0,24	0,11	18,26	76,00	11,88
еченье в инд.упаковке	50	2,74	2,52	12,98	124,16	29,72
СТОИМОСТЬ ДНЯ		11,04	12,26	52,08	347,52	203

ав. Столовой _____

Мед. Работник _____

УТВЕРЖДАЮ
Директор АООУТО
"Гимназия российской культуры"
Э.В. Загвязинская

«11» ОКТЯБРЯ 2024 г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Горячий завтрак						
утерброд с маслом	20/18	4,53	6,62	13,39	131,62	30,34
паша молочная ячневая	200	8,69	9,05	21,53	153,54	19,36
чай с сахаром	200	0,01	0,00	9,98	39,98	1,80
хлеб Николаевский	25	0,90	0,18	9,26	44,20	2,15
фрукт Апельсин	220	0,66	0,38	9,84	85,00	54,05
Стоимость	735	14,79	16,23	64,00	454,34	107,70

ав. Столовой

Мед. Работник

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГАО

"Гимназия Российской культуры

и Взаимосвязанная



МЕНЮ

«11»ОКТЯБРЯ 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Обед						138,40
Салат "Пестрый"	60	1,15	2,08	6,69	49,99	22,98
Суп гороховый с гречками и птицей	250	9,63	9,51	40,32	164,11	21,34
Сотлета сытная	90	9,54	11,39	15,88	196,59	57,12
Юре картофельное	150	3,32	5,19	9,85	181,44	22,73
Напиток из кураги	200	0,6	0,08	21,52	90,7	10,57
Хлеб Николаевский	25	1,12	0,22	11,28	55,25	2,15
Хлеб "Свежий"	20	1,97	0,25	13,28	56,74	1,51
	795	27,33	28,72	118,82	794,82	
Полдник						65,00
Булочка "Московская" (К)	80	7,40	9,00	46,00	284,19	22,88
Чай "Витаминка"	200	3,40	5,25	15,68	149,5	7,02
Йогурт 125 гр в ассортименте	125	4,80	1,50	4,50	38,70	35,10
Стоимость дня		15,60	15,75	66,18	472,39	203

Зав. Столовой _____

Мед. Работник _____