



УТВЕРЖДАЮ
Директор ГАОУ ТО
«Тимназия российской культуры»

Э.В. Загвязинская

«11» НОЯБРЯ 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Горячий завтрак						
Бутерброд с маслом и джемом	20/15	1,76	3,91	25,01	139,65	28,19
Каша молочная "Дружба"	200	7,36	7,54	14,88	130,23	30,07
Какао с молоком	200	3,40	3,20	14,12	127,20	18,49
Хлеб Николаевский	25	1,12	0,22	11,58	55,25	2,15
Фрукт (яблоко)	150	1,80	1,50	4,50	38,70	28,80
Стоимость		15,44	16,37	70,09	491,03	107,70

Зав. Столовой _____

Мед. Работник _____



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГАОУ ТО

«Гимназия российской культуры»

Э.В. Загвязинская

МЕНЮ

«11» НОЯБРЯ 2024 г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Обед						138,40
Десерт творожный 10 % (стакан)	100	1,80	1,50	4,50	38,70	41,34
Суп "Волна" с птицей	250	6,08	11,79	22,45	203,66	21,53
Жаркое по-домашнему	200	15,34	13,56	47,45	392,44	54,68
Напиток "Вишневый"	200	0,15	0,15	13,83	40,33	17,19
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	26,46	27,47	112,79	787,12	
Полдник						65
Ватрушка с творогом (Т)	100	5,96	7,18	41,85	247,14	44,20
Сок в ассортименте	200	5,14	5,00	9,60	108,00	20,80
		11,10	12,18	51,45	355,14	
Стоимость дня						203

Зав. Столовой _____ *Короф*

Мед. Работник _____ *АА*


 УТВЕРЖДАЮ
 Директор ГАОУ ТО
 "Гимназия российской культуры"
 Э.В. Загвязинская

«12» НОЯБРЯ 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Горячий завтрак						
Бутерброд с сыром	20/15	3,91	6,64	9,14	112,93	19,12
Каша молочная пшенная	200	7,36	7,05	14,32	123,54	22,42
Кофейный напиток	200	3,09	2,54	15,15	110,63	15,91
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 _____ *каеф*

Мед. Работник _____ *Эр*

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГАОУ ТО

«Гимназия российской культуры»

Э.В. Загвязинская

МЕНЮ

«12» НОЯБРЯ 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	25,35
Рыба запеченная под овощами	90	12,22	10,98	12,72	228,36	74,47
Пюре картофельное	150	3,3	4,4	33,54	194,20	25,66
Компот из яблок	200	0,08	0,08	11,94	49,30	9,26
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
Булочка "Выборская" пром.произ (К)	80	11,20	11,12	19,98	205,33	22,88
Напток 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

Зав. Столовой _____ *каф*

Мед. Работник _____ *Л*


 УТВЕРЖДАЮ
 Директор ГАОУ ТО
 "Гимназия российской культуры"
 Э.В. Загвязинская

«13» НОЯБРЯ 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	26,09
Чай с сахаром	200	3,09	2,54	18,24	119,82	2,06
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 _____ *С*

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГАОУ ТО ГРК



МЕНЮ

«13» НОЯБРЯ 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	25,37
Плов с мясом	250	15,98	15,56	42,77	336,98	68,30
Отвар из шиповника	200	0,68	0,28	15,64	104,68	8,44
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	7					13,00
		12,02	11,46	51,45	338,59	
Стоимость дня						203

Зав. Столовой _____

Мед. Работник _____

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГАОУ ТО

"Гимназия российской культуры"

Э.В. Загвязинская

«14» НОЯБРЯ 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
Омлет натуральный	170	11,23	9,32	5,77	164,77	53,95
Чай с молоком и сахаром	200	1,55	1,28	14,45	67,64	7,14
Батон "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
Стоимость	540	16,10	15,07	69,57	491,26	107,70

Зав. Столовой _____ *каф*

Мед. Работник _____ *ТФ*

УТВЕРЖДАЮ

Директор Т.АОУ.ТО

"Гимназия российской культуры"

Э.В. Загвязинская

МЕНЮ

«14» НОЯБРЯ 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	30,48
Гуляш из мяса	100	11,29	9,74	19,8	194,33	78,48
Макаронь отварные	160	4,86	10,89	43,71	203,55	14,21
Напиток клубничный	200	0,16	0,04	5,2	50,3	11,57
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
		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

УТВЕРЖДАЮ

Директор ДАОУ ТО

"Гимназия российской культуры"

Э.В. Загвязинская

МЕНЮ

«15» НОЯБРЯ 2024 г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Обед						138,40
Овощи свежие	60	0,35	1,04	1,11	15,15	21,17
Солянка сборная со сметаной и зеленью	250	10,17	9,29	28,33	236,03	40,60
Котлета рыбная	90	11,25	9,73	15,36	182,97	37,81
Булгур отварной	150	3,34	6,37	26,76	179,36	17,77
Напиток брусничный	200	0,1	0	16,10	56,68	17,40
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
		28,30	26,90	112,22	782,18	
Полдник						65,00
Пирожок печеный с картофелем (К)	80	8,06	9,63	20,84	147,36	23,40
Напиток из свежих ягод	200	0,24	0,11	18,26	76,00	11,88
Печенье 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

Зав. Столовой _____ *Кася*

Мед. Работник _____ *А-*