



Согласовано
Директор МБОУ "Гимназия № 9"
А.С. Суханов

Меню приготавливаемых блюд
период: осенний
ОВЗ, ГПД



Утверждено
Председатель управления ГорПо "Урал"
В.Т. С. Еленица

Блюдо	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углев, г	ЭЦ, ккал	Рецептура
24.04						
Застрак						
Мясо тушеное с картофелем фарш из говядины и свинины, картофель, морковь, лук	200	16,4	24,9	24,7	388,5	
Хлеб "Богатырский" обогащ. витаминами	25	2,6	0,3	16,5	78,9	сб. ГорПо "Урал"
Хлеб ржано- пшеничный	20	1,7	0,2	11,0	52,6	сб. Горпо
Чай с молоком	200	1,0	1,0	7,4	42,5	1024 сб.1981
Итого:		21,7	26,4	59,6	562,5	
Обед						
Борщ из св.капусты со сметаной картофель, капуста, свекла, морковь, лук, сметана	250/5	1,8	6,2	12,2	111,7	176 сб.1981
Котлета	50	7,4	12,2	8,3	173,0	658 сб.1982
Соус красный основной	10	0,1	0,2	0,7	5,2	824 сб.1982
Макаронные отварные	180	7,6	5,4	41,9	246,1	469 сб.1996
Хлеб Богатырский, рж-пшеничный	50	4,3	0,5	27,5	131,5	сб. ГорПо "Урал"
Какао с молоком	200	3,7	3,7	15,5	110,5	1025 сб.1982
Итого:		24,9	28,2	106,2	778,0	
25.04						
Застрак						
Яичница под-деревенски с зел.горошком (яйцо, картофель, молоко)	230	12,3	11,8	27,0	263,7	
Хлеб "Богатырский" обогащ. витаминами	25	2,6	0,3	16,5	78,9	сб. ГорПо "Урал"
Хлеб ржано- пшеничный	20	1,7	0,2	11,0	52,6	сб. Горпо
Биобаланс	200	10,3	6,6	17,4	169,7	
Печенье Творожное	25гр	1,2	1,2	13,5	69,5	
Итого:		28,1	20,1	85,4	634,4	
Обед						
Суп куриный с вермишелью	250/25	8,3	5,7	20,6	167,1	233 сб.1981
Биточки рыбные (минтай)	90	11,5	6,8	14,9	166,8	510 сб. Сборник рец2010
Соус красный основной	10	0,1	0,2	0,7	5,2	824 сб.1982
Рис отварной с луком, морковью	170	4,3	10,6	43,0	284,3	465 сб.1996
Хлеб Богатырский, рж-пшеничный	50	4,3	0,5	27,5	131,5	сб. ГорПо "Урал"
Компот из кураги	200	1,9	0,1	28,9	124,2	932 сб.1981
Итого:		30,4	23,9	135,6	879,1	
26.04						
Застрак						
Грудка в сметанном соусе	200	16,4	24,9	24,7	388,5	4 сб. ГорПо "Урал"