

Приятного аппетита!

Меню на 10.10.2022 г.

Столовая МБОУ "Осиновская гимназия им. С.К. Гиматдинова ЗМР РТ"

2-я неделя / 1. Понедельник

	Наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	Выход одного блюда, г.	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. Ценность
1	2	3	5	4	6	7	8	9
Комплекс № 1								
Завтрак для 1-4 классов								
1	Огурцы свежие	18	80	0,00	0,83	4,85	1,72	53,76
2	Котлеты из птицы с соусом	294/613	80/30	29,26	13,87	7,65	12,94	176,00
3	Каша гречн.рассып. с маслом	171	200	23,75	11,07	11,93	49,83	350,00
4	Чай с сахаром	376	200/15	1,65	0,07	0,02	15,00	60,00
5	Батон "Туристский"(йодированный)	658	20	0,89	1,34	0,52	9,24	47,00
ИТОГО				55,55	27,18	24,97	88,73	686,76
Комплекс №1а(учащиеся из многодет.семей)								
1	Огурцы свежие	18	80	0,00	0,83	4,85	1,72	53,76
2	Котлеты из птицы с соусом	294/613	80/30	29,26	13,87	7,65	12,94	176,00
3	Каша гречн.рассып. с маслом	171	200	23,75	11,07	11,93	49,83	350,00
4	Чай с сахаром	376	200/15	1,65	0,07	0,02	15,00	60,00
5	Батон "Туристский"(йодированный)	658	25	1,24	1,68	0,65	11,55	58,75
6	Кондитерское изделие без крема	420	60	7,84	1,72	3,10	12,27	84,00
ИТОГО				63,74	29,23	28,20	103,31	782,51
2комплекс (старшие классы)								
Обед для 5-11 классов								
1	Огурцы свежие	18	80	0,00	0,83	4,85	1,72	53,76
2	Борщ с капустой и картофелем	82	250	8,02	1,80	4,92	10,93	103,75
3	Котлеты из птицы с соусом	294/613	80/30	29,26	13,87	7,65	12,94	176,00
4	Каша гречн.рассып. с маслом	171	200	23,75	11,07	11,93	49,83	350,00
5	Чай с сахаром	376	200/15	1,65	0,07	0,02	15,00	60,00
6	Батон "Туристский"(йодированный)	658	20	1,12	1,34	0,52	9,24	47,00
7	Кондитерское изделие без крема	420	60	7,84	1,72	3,10	12,27	84,00
ИТОГО				71,64	30,70	32,99	111,93	874,51
2 комплекс (бесплатники)								
1	Огурцы свежие	18	80	0,00	0,83	4,85	1,72	53,76
2	Каша рисовая молочная с маслом	174	80	7,37	4,43	4,78	19,93	140,00
3	Чай с сахаром	376	100	0,83	0,04	0,01	7,50	30,00
4	Батон "Туристский"(йодированный)	658	10	0,10	0,67	0,26	4,62	23,50
ИТОГО				8,30	5,96	9,90	33,77	247,26

Директор гимназии:

Директор ООО "Надежда":

Саттарова Г.Р.

Никифорова Е.Н.



Приятного аппетита!

Меню на 11.10.2022 г.

Столовая МБОУ "Осиновская гимназия им. С.К. Гиматдинова ЗМР РТ"

2-я неделя / 2. Вторник

	Наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	Выход одного блюда, г.	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. Ценность
1	2	3	5	4	6	7	8	9
	Комплекс № 1							
	Завтрак для 1-4 классов							
1	Огурцы свежие	18	80	0,00	0,83	4,85	1,72	53,76
2	Биточки из говядины	268	60	39,02	8,64	12,29	7,21	175,64
3	Макаронные изделия отварные	203	160	13,31	5,82	6,17	32,49	208,76
4	Чай с сахаром с яблоками	377	200/15/7	3,12	0,13	0,02	15,20	62,00
5	Батон "Туристский"(йодированный)	658	10	0,10	0,67	0,26	4,62	23,50
	ИТОГО			55,55	16,09	23,60	61,24	523,66
	Комплекс №1а(учащиеся из многодет.семей)							
	Завтрак							
1	Огурцы свежие	18	80	0,00	0,83	4,85	1,72	53,76
2	Биточки из говядины	268	70	45,53	10,08	14,34	8,41	204,91
3	Макаронные изделия отварные	203	170	14,18	6,18	6,56	34,52	221,81
4	Чай с сахаром с яблоками	377	200/15/7	3,12	0,13	0,02	15,20	62,00
5	Батон "Туристский"(йодированный)	658	20	0,91	1,34	0,52	9,24	47,00
	ИТОГО			63,74	18,56	26,29	69,09	589,48
	2комплекс (старшие классы)							
	Обед для 5-11 классов							
1	Огурцы свежие	18	80	0,00	0,83	4,85	1,72	53,76
2	Суп крестьянский с крупой (пшено)	98	250	5,62	1,48	4,92	6,09	76,25
3	Биточки из говядины	268	70	45,53	10,08	14,34	8,41	204,91
4	Макаронные изделия отварные	203	200	16,68	7,28	7,71	40,61	260,95
5	Чай с сахаром с яблоками	377	200/15/7	3,12	0,13	0,02	15,20	62,00
6	Батон "Туристский"(йодированный)	658	15	0,69	1,01	0,39	6,93	35,25
	ИТОГО			71,64	20,80	32,24	78,96	693,12
	2 комплекс (бесплатники)							
1	Огурцы свежие	18	80	0,00	0,83	4,85	1,72	53,76
2	Каша молочная "Дружба"	175	80	7,37	2,32	4,26	12,75	99,05
3	Чай с сахаром	376	100	0,83	0,04	0,01	7,50	30,00
4	Батон "Туристский"(йодированный)	658	10	0,10	0,67	0,26	4,62	23,50
	ИТОГО			8,30	3,85	9,38	26,59	206,31

Директор гимназии:

Директор ООО "Надежда":



Саттарова Г.Р.

Никифорова Е.Н.

Приятного аппетита!

Меню на 12.10.2022 г.

Столовая МБОУ "Осиновская гимназия им. С.К. Гиматдинова ЗМР РТ"

2-я неделя /3. Среда

	Наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	Выход одного блюда, г.	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. Ценность
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Комплекс № 1								
Завтрак для 1-4 классов								
1	Огурцы свежие	18	80	0,00	0,83	4,85	1,72	53,76
2	Шницель куриный	ТТК №5	70	30,19	14,56	5,39	7,91	138,60
3	Каша молочная пшеничная	173	200	19,81	8,24	10,53	42,21	297,14
4	Чай с сахаром с яблоками	377	200/15/7	3,12	0,13	0,02	15,20	62,00
5	Батон "Туристский"(йодированный)	658	45	2,43	3,02	1,17	20,79	105,75
	ИТОГО			55,55	26,77	21,96	87,83	657,25
Комплекс №1а(учащиеся из многодет.семей)								
Завтрак								
1	Огурцы свежие	18	80	0,00	0,83	4,85	1,72	53,76
2	Шницель куриный	ТТК №5	70	30,19	14,56	5,39	7,91	138,60
3	Каша молочная пшеничная	173	210	20,80	8,65	11,06	44,32	312,00
4	Чай с сахаром с яблоками	377	200/15/7	3,12	0,13	0,02	15,20	62,00
5	Батон "Туристский"(йодированный)	658	35	1,79	2,35	0,91	16,17	82,25
6	Кондитерское изделие без крема	420	60	7,84	1,72	3,10	12,27	84,00
	ИТОГО			63,74	28,23	25,33	97,59	732,61
2комплекс (старшие классы)								
Обед для 5-11 классов								
1	Огурцы свежие	18	80	0,00	0,83	4,85	1,72	53,76
2	Рассольник ленинградский	96	250	9,53	2,02	5,09	11,98	107,25
3	Шницель куриный	ТТК №5	70	30,19	14,56	5,39	7,91	138,60
4	Каша молочная пшеничная	173	200	19,81	8,24	10,53	42,21	297,14
5	Чай с сахаром с яблоками	377	200/15/7	3,12	0,13	0,02	15,20	62,00
6	Батон "Туристский"(йодированный)	658	25	1,15	1,68	0,65	11,55	58,75
7	Кондитерское изделие без крема	420	60	7,84	1,72	3,10	12,27	84,00
	ИТОГО			71,64	29,17	29,64	102,84	801,50
2 комплекс (бесплатники)								
1	Огурцы свежие	18	80	0,00	0,83	4,85	1,72	53,76
2	Каша молочная геркулесовая	173	80	7,37	3,17	5,00	14,34	115,43
3	Чай с сахаром	376	100	0,83	0,04	0,01	7,50	30,00
4	Батон "Туристский"(йодированный)	658	10	0,10	0,67	0,26	4,62	23,50
	ИТОГО			8,30	4,70	10,12	28,18	222,69

Директор гимназии:

Директор ООО "Надежда":

Саттарова Г.Р.

Никифорова Е.Н.



Приятного аппетита!

Меню на 13.10.2022 г.

Столовая МБОУ "Осиновская гимназия им. С.К. Гиматдинова ЗМР РТ"

2-я неделя / 4. Четверг

	Наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	Выход одного блюда, г.	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. Ценность
1	2	3	5	4	6	7	8	9
	Комплекс № 1							
	Завтрак для 1-4 классов							
1	Огурцы свежие	18	80	0,00	0,83	4,85	1,72	53,76
2	Котлета "Здоровье"	100	50	33,69	7,50	6,10	4,00	101,50
3	Картофельное пюре	128	150	19,49	3,10	9,16	17,99	172,86
4	Чай с сахаром	376	200/15	1,65	0,07	0,02	15,00	60,00
5	Батон "Туристский" (йодированный)	658	15	0,72	1,01	0,39	6,93	35,25
	ИТОГО			55,55	12,51	20,52	45,64	423,37
	Комплекс №1а (учащиеся из многодет.семей)							
	Завтрак							
1	Огурцы свежие	18	80	0,00	0,83	4,85	1,72	53,76
2	Котлета "Здоровье"	100	60	40,43	9,00	7,32	4,80	121,80
3	Картофельное пюре	128	160	20,79	3,31	9,77	19,18	184,38
4	Чай с сахаром	376	200/15	1,65	0,07	0,02	15,00	60,00
5	Батон "Туристский" (йодированный)	658	15	0,87	1,01	0,39	6,93	35,25
	ИТОГО			63,74	14,21	22,35	47,63	455,19
	2комплекс (старшие классы)							
	Обед для 5-11 классов							
1	Огурцы свежие	18	80	0,00	0,83	4,85	1,72	53,76
2	Суп картофельный с бобовыми	102	250	6,06	3,61	4,6	18,92	145,05
3	Котлета "Здоровье"	100	60	40,43	9,00	7,32	4,80	121,80
4	Картофельное пюре	128	180	23,39	3,72	10,99	21,58	207,43
5	Чай с сахаром	376	200/15	1,65	0,07	0,02	15,00	60,00
6	Батон "Туристский" (йодированный)	658	10	0,11	0,67	0,26	4,62	23,50
	ИТОГО			71,64	17,90	28,04	66,64	611,54
	2 комплекс (бесплатники)							
1	Огурцы свежие	18	80	0,00	0,83	4,85	1,72	53,76
2	Каша молочная пшеничная	173	80	7,37	3,29	4,21	16,88	118,86
3	Чай с сахаром	376	100	0,83	0,04	0,01	7,50	30,00
4	Батон "Туристский" (йодированный)	658	10	0,10	0,67	0,26	4,62	23,50
	ИТОГО			8,30	4,83	9,33	30,72	226,12

Директор гимназии:

Директор ООО "Надежда":

Саттарова Г.Р.

Никифорова Е.Н.



Приятного аппетита!

Меню на 14.10.2022 г.

Столовая МБОУ "Осиновская гимназия им. С.К. Гиматдинова ЗМР РТ"

2-я неделя / 5. Пятница

	Наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	Выход одного блюда, г.	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. Ценность
1	2	3	5	4	6	7	8	9
Комплекс № 1								
Завтрак для 1-4 классов								
1	Огурцы свежие	18	80	0,00	0,83	4,85	1,72	53,76
2	Тефтели 1 вариант	278	60	34,06	6,95	6,25	6,74	110,95
3	Каша молочная "Дружба"	175	170	17,49	4,92	9,05	27,10	210,48
4	Чай с сахаром с яблоками	377	200/15/7	3,12	0,13	0,02	15,20	62,00
5	Батон "Туристский"(йодированный)	658	15	0,88	1,01	0,39	6,93	35,25
	ИТОГО			55,55	13,84	20,56	57,69	472,44
Комплекс №1а (учащиеся из многодет.семей)								
Завтрак								
1	Огурцы свежие	18	80	0,00	0,83	4,85	1,72	53,76
2	Тефтели 1 вариант	278	70	39,73	8,11	7,29	7,86	129,44
3	Каша молочная "Дружба"	175	200	20,57	5,79	10,65	31,89	247,62
4	Чай с сахаром с яблоками	377	200/15/7	3,12	0,13	0,02	15,20	62,00
5	Батон "Туристский"(йодированный)	658	10	0,32	0,67	0,26	4,62	23,50
	ИТОГО			63,74	15,53	23,07	61,29	516,32
2комплекс (старшие классы)								
Обед для 5-11 классов								
1	Огурцы свежие	18	80	0,00	0,83	4,85	1,72	53,76
2	Щи со свеж капустой и картофелем	88	250	6,83	1,77	4,95	7,90	89,75
3	Тефтели 1 вариант	278	70	39,73	8,11	7,29	7,86	129,44
4	Каша молочная "Дружба"	175	200	20,57	5,79	10,65	31,89	247,62
5	Чай с сахаром с яблоками	377	200/15/7	3,12	0,13	0,02	15,20	62,00
6	Батон "Туристский"(йодированный)	658	25	1,39	1,68	0,65	11,55	58,75
	ИТОГО			71,64	18,30	28,41	76,12	641,32
2 комплекс (бесплатники)								
1	Огурцы свежие	18	80	0,00	0,83	4,85	1,72	53,76
2	Каша молочная геркулесовая	173	80	7,37	3,17	5,00	14,34	115,43
3	Чай с сахаром	376	100	0,83	0,04	0,01	7,50	30,00
4	Батон "Туристский"(йодированный)	658	10	0,10	0,17	0,26	4,62	23,50
	ИТОГО			8,30	4,20	10,12	28,18	222,69

Директор гимназии:

Директор ООО "Надежда":

Саттарова Г.Р.

Никифорова Е.Н.



Приятного аппетита!

Меню на 15.10.2022 г.

Столовая МБОУ "Осиновская гимназия им. С.К. Гиматдинова ЗМР РТ"

2-я неделя / 6. Суббота

	Наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	Выход одного блюда, г.	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. Ценность
1	2	3	5	4	6	7	8	9
Комплекс № 1								
Завтрак для 1-4 классов								
1	Огурцы свежие	18	80	0,00	0,83	4,85	1,72	53,76
2	Рагу из овощей с фаршем	Тех.карта №8	170	51,90	27,03	18,02	19,38	346,80
3	Чай с сахаром	376	200/15	1,65	0,07	0,02	15,00	60,00
4	Батон "Туристский"(йодированный)	658	40	2,00	2,68	1,04	18,48	94,00
ИТОГО				55,55	30,61	23,93	54,58	554,56
Комплекс №1а (учащиеся из многодет.семей)								
Завтрак								
1	Огурцы свежие	18	80	0,00	0,83	4,85	1,72	53,76
2	Рагу из овощей с фаршем	Тех.карта №8	190	58,01	30,21	20,14	21,66	387,60
3	Чай с сахаром и яблоками	377	200/15/7	3,12	0,13	0,02	15,2	62,00
4	Батон "Туристский"(йодированный)	658	45	2,61	3,02	1,17	20,79	105,75
ИТОГО				63,74	34,19	26,18	59,37	609,11
2комплекс (старшие классы)								
Обед для 5-11 классов								
1	Огурцы свежие	18	80	0,00	0,83	4,85	1,72	53,76
2	Рагу из овощей с фаршем	Тех.карта №8	220	67,17	34,98	23,32	25,08	448,80
3	Чай с сахаром и яблоками	377	200/15/7	3,12	0,13	0,02	15,2	62,00
4	Батон "Туристский"(йодированный)	658	25	1,35	1,68	0,65	0,62	58,75
ИТОГО				71,64	37,62	28,84	42,62	623,31
2 комплекс (бесплатники)								
1	Огурцы свежие	18	80	0,00	0,83	4,85	1,72	53,76
2	Каша молочная пшенная	173	80	7,37	3,29	4,21	16,88	118,86
3	Чай с сахаром	376	100	0,83	0,04	0,01	7,50	30,00
4	Батон "Туристский"(йодированный)	658	10	0,10	0,67	0,26	0,05	23,50
ИТОГО				8,30	4,83	9,33	26,15	226,12

Директор гимназии:

Директор ООО "Надежда"



Саттарова Г.Р.

Никифорова Е.Н.