

Приятного аппетита!

Меню на 19.12.2022 г.

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

1-я неделя / Понедельник

	Наименование блюд	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	Котлеты из птицы с соусом	294/613	70/30	25,92	12,14	6,69	11,33	154,00
3	Каша гречн.рассып. с маслом	171	200	23,75	11,06	11,94	49,83	350,00
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	40	2,76	2,68	1,04	18,48	94,00
	ИТОГО			55,55	26,84	24,54	96,55	713,76
	Комплекс №1а (учащиеся из многодет.семей)							
	Завтрак							
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	210	24,94	11,62	12,53	52,32	367,50
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	40	2,50	2,68	1,04	18,48	94,00
6	Кондитерское изделие без крема	420	30	3,92	0,86	1,55	6,14	42,00
	ИТОГО			63,74	29,99	27,64	106,80	795,26
	Комплекс №2 (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	2,09	7,43	11,38	129,55
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	210	24,94	11,62	12,53	52,32	367,50
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	40	2,38	2,68	1,04	18,48	94,00
7	Кондитерское изделие без крема	420	30	3,92	0,86	1,55	6,14	42,00
	ИТОГО			71,64	32,08	35,07	118,18	924,81
	Комплекс №2 (бесплатники)							
1	Огурцы свежие	18	80	0,00	0,83	4,85	1,72	53,76
2	Каша молочная рисовая	174	80	7,37	2,29	4,14	16,36	112,00
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	3,82	9,26	30,20	219,26

Директор гимназии:

Директор ООО "Надежда":

Саттарова Г.Р.

Никифорова Е.Н.



Приятного аппетита!

Меню на 20.12.2022 г.

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

1-я неделя / Вторник

	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	Салат зеленый с огурцами	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 рисовая молочная с маслом	174	200	22,66	5,71	10,33	40,90	280,00
4	Чай с сахаром	376	200/15	1,65	0,07	0,02	15,00	60,00
5	Батон "Туристский"(йодированный)	658	20	1,05	1,34	0,52	9,24	47,00
	ИТОГО			55,55	22,51	21,11	74,77	579,36
	Комплекс 1а (учащиеся из многодет.семей)							
	Завтрак							
1	Салат зеленый с огурцами	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 рисовая молочная с маслом	174	200	22,66	5,71	10,33	40,90	280,00
4	Чай с сахаром	376	200/15	1,65	0,07	0,02	15,00	60,00
5	Батон "Туристский"(йодированный)	658	30	1,40	2,01	0,78	13,86	70,50
6	Кондитерское изделие без крема	420	60	7,84	1,72	3,10	12,27	84,00
	ИТОГО			63,74	24,90	24,48	91,66	686,86
	2комплекс (старшие классы)							
	Обед для 5-11 классов							
1	Салат зеленый с огурцами	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 рисовая молочная с маслом	174	180	20,39	5,14	9,30	36,81	252,00
5	Чай с сахаром	376	200/15	1,65	0,07	0,02	15,00	60,00
6	Батон "Туристский"(йодированный)	658	40	2,04	2,68	1,04	18,48	94,00
7	Кондитерское изделие без крема	420	60	7,84	1,72	3,10	12,27	84,00
	ИТОГО			71,64	27,02	28,79	104,17	789,61
	2 комплекс (бесплатники)							
1	Салат зеленый с огурцами	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 21.12.2022 г.

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

1-я неделя / 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	Овощи свежие (огурцы)	18	80	0,00	0,83	4,85	1,72	53,76
2	Тефтели 1 вариант	278	60	34,06	7,83	8,75	10,25	151,00
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	10	0,35	0,67	0,26	4,62	23,50
	ИТОГО			55,55	12,50	23,04	49,58	461,12
	Комплекс №1 а (учащиеся из многодет.семей)							
	Завтрак							
1	Овощи свежие (огурцы)	18	80	0,00	0,83	4,85	1,72	53,76
2	Тефтели 1 вариант	278	70	39,73	9,14	10,21	11,96	176,17
3	Картофельное пюре	128	170	22,09	3,51	10,38	20,38	195,90
4	Чай с сахаром	376	200/15	1,65	0,07	0,02	15,00	60,00
5	Батон "Туристский"(йодированный)	658	10	0,27	0,67	0,26	4,62	23,50
	ИТОГО			63,74	14,22	25,72	53,68	509,33
	Комплекс №2(старшие классы)							
	Обед для 5-11 классов							
1	Овощи свежие (огурцы)	18	80	0,00	0,83	4,85	1,72	53,76
2	Суп картоф. с гречневой крупой	101	250	7,01	2,69	2,84	17,46	118,25
3	Тефтели 1 вариант	278	70	39,73	9,14	10,21	11,96	176,17
4	Картофельное пюре	128	170	22,09	3,51	10,38	20,38	195,90
5	Чай с сахаром	376	200/15	1,65	0,07	0,02	15,00	60,00
6	Батон "Туристский"(йодированный)	658	25	1,16	1,68	0,65	11,55	58,75
	ИТОГО			71,64	17,91	28,94	78,07	662,83
	Комплекс № 2 (бесплатники)							
1	Овощи свежие (огурцы)	18	80	0,00	0,83	4,85	1,72	53,76
2	Каша молочная "Дружба"	175	80	7,37	0,32	1,85	0,66	20,48
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	1,85	6,97	14,50	127,74

Директор гимназии:

Директор ООО "Надежда":

Саттарова Г.Р.

Никифорова Е.Н.



Приятного аппетита!

Меню на 22.12.2022 г.

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

1-я неделя / 4. - Четверг

	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	Биточки куриные	ТТК №6	70	30,10	14,49	3,36	3,08	100,80
3	Каша "Дружба" молочн. с маслом сл.	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	35	1,76	2,35	0,91	16,17	82,25
	ИТОГО			55,55	23,59	19,79	68,06	546,43
	Комплекс №1а (учащиеся из многодет. семей)							
	Завтрак							
1	Огурцы свежие	18	80	0,00	0,83	4,85	1,72	53,76
2	Биточки куриные	ТТК №6	70	30,10	14,49	3,36	3,08	100,80
3	Каша "Дружба" молочн. с маслом сл.	175	210	21,60	6,08	11,18	33,48	260,00
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	20	1,08	1,34	0,52	9,24	47,00
6	Кондитерское изделие без крема	420	60	7,84	1,72	3,10	12,27	84,00
	ИТОГО			63,74	24,59	23,03	74,99	607,56
	Комплекс №2 (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 с картофелем	88	250	6,83	1,77	4,95	7,90	89,75
3	Биточки куриные	ТТК №6	70	30,10	14,49	3,36	3,08	100,80
4	Каша "Дружба" молочн. с маслом сл.	175	210	21,60	6,08	11,18	33,48	260,00
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	40	2,15	2,68	1,04	18,48	94,00
7	Кондитерское изделие без крема	420	60	7,84	1,72	3,10	12,27	84,00
	ИТОГО			71,64	27,69	28,50	92,13	744,31
	Комплекс № 2 (бесплатники)							
1	Огурцы свежие	18	80	0,00	0,83	4,85	1,72	53,76
2	Каша геркулесовая молочная	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 23.12.2022 г.

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

1-я неделя / Пятница

	Наименование блюд.	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	Рагу из овощей с фаршем	Тех.карта №8	170	51,90	25,75	17,16	18,45	330,28
3	Чай с сахаром с яблоками	377	200/15/7	3,12	0,13	0,02	15,20	62,00
4	Батон "Туристский"(йодированный)	658	15	0,53	1,01	0,39	6,93	35,25
	ИТОГО			55,55	27,71	22,42	42,30	481,29
	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	200	60,52	30,29	20,19	21,71	388,57
3	Чай с сахаром с яблоками	377	200/15/7	3,12	0,13	0,02	15,20	62,00
4	Батон "Туристский"(йодированный)	658	10	0,10	0,67	0,26	4,62	23,50
	ИТОГО			63,74	31,92	25,32	43,25	527,83
	Комплекс № 2(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	5,54	5,28	16,66	149,05
3	Рагу из овощей с фаршем	Тех.карта №8	190	58,01	28,78	19,18	20,62	369,14
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	15	0,53	1,01	0,39	6,93	35,25
6	Кондитерское изделие без крема	420	30	3,92	0,86	1,55	6,14	42,00
	ИТОГО			71,64	37,14	31,27	67,27	711,20
	Комплекс № 2 (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 24.12.2022 г.

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

1-я неделя / Суббота

	Наименование блюд.	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	Котлеты 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	15,2	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	Котлеты 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	15,2	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	Котлеты из говядины	268	70	45,53	10,08	14,34	8,41	204,91
3	Макаронные изделия отварные	203	200	16,68	7,28	7,71	40,61	260,95
4	Чай с сахаром с яблоками	377	200/15/7	3,12	0,13	0,02	15,2	62,00
5	Батон "Туристский"(йодированный)	658	40	2,39	2,68	1,04	18,48	94,00
6	Кондитерское изделие без крема	420	30	3,92	0,86	1,55	6,14	42,00
	Итого			71,64	21,85	29,52	90,56	717,62
	2 комплекс (бесплатники)							
1	Огурцы свежие	18	80	0,00	0,83	4,85	1,72	53,76
2	Каша молочная пшеница	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 26.12.2022 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
	Завтрак							
	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.

