

СОГЛАСОВАНО

И.о. директора департамента образования

Кондакова С.Г.
 "24" августа 2020 год

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора департамента торговли и туризма



Караулова И.В.
 "24" августа 2020 год

Примерное меню обедов ГПД на 2020-2021 учебный год

№ рец.	1	наименование блюд	выход(гр)	ГПД			
				ккал	Б	Ж	У
ттк16	п.:1	овощи свежие	50	15	0,7	0,1	2,9
2/04		суп картофельный с крупой	200	86	1,8	2,8	13,3
ттк15А3		омлет с грудкой куриной 150/5	155	385	23,2	31,4	2,4
ттк12		напиток с лимоном	200	106	0	0	26
		хлеб ржаной	30	63	1	0	13
		хлеб пшеничный	40	94	3	0	20
			749	30	35	78	
131/04	вт.1	щи из свежей капусты	200	65	1,2	4,1	5,7
371/04		рыба припущенная	75	118	19,2	4,5	0,2
261/04		пюре картофельное запеченое	150	223	4,2	12,7	22,9
639/04		компот из сухофруктов	200	132	0,6	0,1	31,2
		хлеб ржаной	30	63	1,5	0,3	13,4
		хлеб пшеничный	40	94	3,0	0,3	19,7
			695	30	22	93	
110/96	ср.1	рассольник домашний	200	89	1,8	3,6	12,3
455/04		котлеты рубленые с белокачанной капустой 70/5	75	174	11,6	10,7	7,8
541/04		рагу овощное или каша перловая	150	143	2,6	7,6	15,8
685/04		чай с сахаром	200	60	0,0		15,0
		хлеб ржаной	30	63	1,5	0,3	13,4
		хлеб пшеничный	40	94	3,0	0,3	19,7
			624	20	23	84	
110/96	чт.1	борщ с капустой и картофелем	200	79	1,3	4,2	9,0
487/04		грудки куриные отварные	80	223	18,9	16,2	0,2
469/96		макароны отварные	150	212	5,6	5,0	36,0
629/04		чай с лимоном 200/15/7	207	64	0,1	0,0	15,9
		хлеб ржаной	30	63	1,5	0,3	13,4
		хлеб пшеничный	40	94	3,0	0,3	19,7
			735	30	26	94	
110/96	пт.1	рассольник ленинградский	200	97	2,0	3,7	13,8
438/04		азу	150	319	17,5	19,2	19,0
639/04		компот из сухофруктов	200	132	0,6	0,1	31,2
		хлеб ржаной	30	63	1,5	0,3	13,4
		хлеб пшеничный	40	94	3,0	0,3	19,7
			705	25	24	97	

2 неделя							
№ рец.	2			ГПД			
				ккал	Б	Ж	У
131/04	пн.2	щи из свежей капусты	200	65	1,2	4,1	5,7
487/04		грудки куриные отварные	80	223	18,9	16,2	0,2
511/04		рис отварной	150	231	5,9	7,4	35,1
685/04		чай с сахаром	200	60	0,0		15,0
		хлеб ржаной	30	63	1,5	0,3	13,4
		хлеб пшеничный	40	94	3,0	0,3	19,7
				735	30	28	89
110/96	вт.2	рассольник домашний	200	89	1,8	3,6	12,3
394/96		жаркое по-домашнему	150	200	12,2	9,0	17,6
ТТК12		напиток с лимоном	200	106	0,1	0,1	26,0
		хлеб ржаной	30	63	1,5	0,3	13,4
		хлеб пшеничный	40	94	3,0	0,3	19,7
				552	19	13	89
133/04	ср.2	суп картофельный	200	92,4	2,0	2,4	15,7
492/04		плов с курами 50/100	150	334,6	17,0	18,9	23,9
629/04		чай с лимоном 200/15/7	207	64,2	0,1	0,0	15,9
		хлеб ржаной	30	63,0	1,5	0,3	13,4
		хлеб пшеничный	40	94,0	3,0	0,3	19,7
				648	24	22	89
143/04	чт.2	суп крестьянский с крупой	200	77	1,4	4,3	8,1
324/96		котлеты рыбные	75	196	15,8	8,8	13,2
ТТК30		картофель в молоке	150	151	4,0	4,1	24,2
639/04		компот из сухофруктов	200	132	0,6	0,1	31,2
		хлеб ржаной	30	63	1,5	0,3	13,4
		хлеб пшеничный	40	94	3,0	0,3	19,7
				712	26	18	110
110/96	пт.2	борщ с капустой и картофелем	200	79	1,3	4,2	9,0
629/04		чай с лимоном 200/15/7	207	64	0,1	0,0	15,9
		хлеб ржаной	30	63	1,5	0,3	13,4
		хлеб пшеничный	40	94	3,0	0,3	19,7
				301	6	5	58

25.08.2020

И.о. директора АМУСП:

Зеру