

Лист 1

Согласовано:

Директор гимназии № 46

Софронов А.Л.  
г.Чебоксары

Утверждаю:

Директор ОПАО «ЧХЗ № 2»

Егорова С.Б.

Меню  
14.12.22 г.

Приятного аппетита!

| Наименование  | Цена в руб. | Выход в гр. | Энергетич. ценность в кал | Белки, жиры, углеводы | № рец. бл. |
|---|-------------|-------------|---------------------------|-----------------------|------------|
| <b>Завтрак (с 7 до 11 лет)</b>                        |             |             |                           |                       |            |
| Каша пшеничная молочная с маслом                      | 12,08       | 205/5       | 304,02                    | 13,89/16,74/36,74     | 302*       |
| Пряник  | 5,84        | 35          | 91                        | 1,03/2,33/4,15        |            |
| Чай с лимоном   | 2,7         | 200/7       | 60                        | 0,30/0,06/15,2        | 686*       |
| Батон Раменский                                       | 4,38        | 50          | 132,5                     | 3,91/0,05/26,5        |            |
| <b>Итого:</b>   | <b>25</b>   | <b>502</b>  | <b>587,52</b>             |                       |            |
| <b>Завтрак (с 12 лет и старше)</b>                    |             |             |                           |                       |            |
| Каша пшеничная молочная с маслом                      | 17,08       | 260/5       | 396,17                    | 16,98/19,96/50,01     | 302*       |
| Пряник  | 5,84        | 35          | 91                        | 1,03/2,33/4,15        |            |
| Чай с лимоном   | 2,7         | 200/7       | 60                        | 0,30/0,06/15,2        | 686*       |
| Батон Раменский                                       | 4,38        | 50          | 132,5                     | 3,91/0,05/26,5        |            |
| <b>Итого:</b>   | <b>30</b>   | <b>557</b>  | <b>679,67</b>             |                       |            |
| <b>Обед (с 7 до 11 лет)</b>                           |             |             |                           |                       |            |
| Салат из квашенной капусты                            | 6,21        | 60          | 76,8                      | 0,98/1,07/12,84       | 45*        |
| Борщ из св.капусты с картофелем со сметаной, говядин. | 21,63       | 10/250/5    | 167,26                    | 2,53/6,5/12,4         | 110/       |
| Котлеты рыбные с соусом                               | 20,51       | 50/40       | 203,63                    | 11,78/10,01/13,89     | 388*       |
| Картофельное пюре                                     | 11,78       | 150         | 187                       | 3,15/10,75/25,9       | 520*       |
| Чай с сахаром   | 1,47        | 200         | 58                        | 0,20/0,02/15          | 685*       |
| Хлеб Новославянский                                   | 3,4         | 60          | 130                       | 5,20/8/24,6           |            |
| <b>Итого:</b>   | <b>65</b>   | <b>825</b>  | <b>822,69</b>             |                       |            |
| <b>Обед (с 12 лет и старше)</b>                       |             |             |                           |                       |            |
| Салат из квашенной капусты                            | 9,46        | 100         | 128                       | 1,63/1,78/21,4        | 45*        |
| Борщ из св.капусты с картофелем со сметаной, говядин. | 21,63       | 10/250/5    | 167,26                    | 2,53/6,5/12,4         | 110/       |
| Котлеты рыбные с соусом                               | 21,9        | 60/40       | 221,63                    | 16,08/13,12/16,56     | 388*       |
| Картофельное пюре                                     | 14,14       | 180         | 284,8                     | 3,78/12,93/1,08       | 520*       |
| Чай с сахаром   | 1,47        | 200         | 58                        | 0,20/0,02/15          | 685*       |
| Хлеб Новославянский                                   | 3,4         | 60          | 130                       | 5,20/8/24,6           |            |
| <b>Итого:</b>   | <b>72</b>   | <b>905</b>  | <b>989,69</b>             |                       |            |

Зав.производством  
ЭкономистГ.И. Быкова  
А.А. Цыбенко

Согласовано  
 Директор гимназии № 46  
 Софронов А.Л.

Утверждаю:  
 Директор ОП АО «ЧХЗ № 2»  
 Егорова С.Б.

## Свободный выбор меню 14.12.22

| Наименование                      | Цена в руб. | Выход в гр. | Энергетич. ценность в ккал | Белки, жиры, углеводы |
|-----------------------------------|-------------|-------------|----------------------------|-----------------------|
| Винегрет овощной                  | 30          | 100         | 84                         | 1,76/4,01/10,02       |
| Салат Витаминный                  | 32          | 100         | 54                         | 0,22/0,10/0,11        |
| Салат Фруктовый                   | 48          | 100         | 122                        | 3,35/6,02/7,22        |
| Гуляш                             | 65          | 50/50       | 66                         | 1,55/5,63/8,69        |
| Голубцы Любительские с соусом     | 45          | 112/50      | 236                        | 3,99/8,78/18,08       |
| Рыба запеченная                   | 66          | 60          | 203                        | 3,76/6,08/12,55       |
| Котлеты из филе кур               | 46          | 75          | 196                        | 5,15/9,63/21,33       |
| Шницель натуральный рубленый      | 63          | 60          | 203                        | 4,01/3,63/1,96        |
| Запеканка из творога со сгущенкой | 48          | 100/20      | 403                        | 5,78/9,08/22,63       |
| Пицца пикантная                   | 40          | 100         | 316                        | 2,10/4,44/10,52       |
| Колбасные изд. запеченные в тесте | 35          | 50          | 191                        | 1,96/5,55/12,63       |
| Макароны отварные                 | 15          | 200         | 220                        | 5,15/9,63/21,33       |
| Каша гречневая рассыпчатая        | 20          | 200         | 302                        | 10,02/16,33/31,04     |
| Рис отварной с овощами            | 30          | 150/30      | 298                        | 3,63/4,55/8,99        |

Зав. производством

Экономист

Г.И. Быкова

А.А. Цыбенко