

Утверждаю  
Директор Гимназии  
Махонина Е. В.



# МЕНЮ

**Гимназия во имя ИОАННА БОГОСЛОВА**

**14 апреля 2021**

Белки	Жиры	Углеводы	Ккалор	Выход, г	ЗАВТРАК С 1- 4 КЛАСС
1,04	4,22	6,61	69,20	100	<b>Каша кукурузная на воде</b> <i>крупа кукурузная, соль поваренная йодированная</i>
3,31	1,61	39,98	150,66	75	<b>Пирожок с картофелем</b>
0,04		16,1	65,2	200	<b>Чай с сахаром и лимоном</b> <i>чай черный, сахар-песок, лимон</i>
1,8	0,6	26,4	110,4	120	<b>Бананы свежие</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Ккалор	Выход, г	ОБЕД С 1- 4 КЛАСС
0,56	6,59	3,45	63,84	75	<b>Салат кальмаровый с маслом растительным</b> <i>кальмар с/м, огурцы свежие, горошек зеленый консервированный, масло растительное, соль поваренная йодированная</i>
58,6	49,52	153,37	1133,4	250	<b>Борщ с капустой и картофелем вегетарианский</b> <i>свекла, капуста белокочанная, картофель, фасоль, морковь, лук репчатый, томат-паста, чеснок, сахар-песок, соль</i>
15,37	21,22	96,58	543,87	150	<b>Картофель отварной с укропом и маслом растительным</b> <i>картофель, укроп свежий, соль поваренная йодированная, масло растительное</i>
0,48	0,52	40,56	152,16	200	<b>Компот из черной смородины</b> <i>черная смородина с/м, вода питьевая, сахар-песок</i>
3	1,16	20,56	104,8	40	<b>Хлеб пшеничный</b>
1,12	0,22	9,88	46,4	20	<b>Хлеб ржаной</b>

Утверждаю

Директор Гимназии

Махонина Е.В.



# МЕНЮ

**Гимназия во имя ИОАННА БОГОСЛОВА**

**14 апреля 2021**

Белки	Жиры	Углеводы	Ккалор	Выход, г	ЗАВТРАК С 5- 11 КЛ
1,56	6,33	9,91	103,8	150	<b>Каша кукурузная на воде</b> крупя кукурузная, соль поваренная йодированная
3,31	1,61	39,98	150,66	75	<b>Пирожок с картофелем</b>
0,04		16,1	65,2	200	<b>Чай с сахаром и лимоном</b> чай черный, сахар-песок, лимон
1,8	0,6	26,4	110,4	120	<b>Бананы свежие</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Ккалор	Выход, г	ОБЕД С 5- 11 КЛ
0,76	8,79	4,16	85,13	100	<b>Салат кальмаровый с маслом растительным</b> кальмар с/м, огурцы свежие, горошек зеленый консервированный, масло растительное, соль поваренная йодированная
58,6	49,52	153,37	1133,4	250	<b>Борщ с капустой и картофелем вегетарианский</b> свекла, капуста белокочанная, картофель, фасоль, морковь, лук репчатый, томат-паста, чеснок, сахар-песок, соль
15,37	21,22	96,58	543,87	150	<b>Картофель отварной с укропом и маслом растительным</b> картофель, укроп свежий, соль поваренная йодированная, масло растительное
0,48	0,52	40,56	152,16	200	<b>Компот из черной смородины</b> черная смородина с/м, вода питьевая, сахар-песок
3	1,16	20,56	104,8	40	<b>Хлеб пшеничный</b>
1,12	0,22	9,88	46,4	20	<b>Хлеб ржаной</b>