

Утверждаю

Директор Гимназии

Махонина Е.В.



# МЕНЮ

**Гимназия во имя ИОАННА БОГОСЛОВА**

**15 апреля 2021**

Белки	Жиры	Углеводы	Ккалор	Выход, г	ЗАВТРАК С 1- 4 КЛАСС
1,56	6,33	13,0	103,8	150	<b>Каша пшеничная на воде</b> крупа, соль поваренная йодированная
0,21	0,26	1,65	8,33	10	<b>Джем</b> порционный
0,36	0,09	17,46	58,86	75	<b>Пирожок с клубникой</b>
0,04		16,1	65,2	200	<b>Чай с сахаром и лимоном</b> чай черный, сахар-песок, лимон
0,64	0,16	5,84	30,4	80	<b>Мандарины свежие</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Ккалор	Выход, г	ОБЕД С 1- 4 КЛАСС
0,56	7,7	2,09	68,14	75	<b>Салат из помидор с р/м</b> помидоры свежие, масло растительное, соль
9,65	20,07	44,6	355,07	250	<b>Суп рыбный</b> рыба (треска)с/м, картофель, морковь, лук репчатый, перец болгарский, масло растительное, вода, соль
6,78	4,07	9,28	94,25	100	<b>Тефтели рыбные с соусом</b> филе трески, крупа рисовая, вода питьевая, соль
3,18	7,41	26,62	162,4	150	<b>Макаронные изделия отварные с р/м</b> макаронны, соль
0,96	0,24	50,56	156,96	200	<b>Компот сливовый</b> слива с/м, сахар-песок
2,76	0,4	36,84	94	40	<b>Хлеб пшеничный</b>
1,12	0,22	9,88	46,4	20	<b>Хлеб ржаной</b>



# МЕНЮ

**Гимназия во имя ИОАННА БОГОСЛОВА**

**15 апреля 2021**

Белки	Жиры	Углеводы	Ккалор	Выход, г	ЗАВТРАК С 5- 11 КЛ
1,56	6,33	13,0	103,8	150	<b>Каша пшеничная на воде</b> крупя, соль поваренная йодированная
0,21	0,26	1,65	8,33	10	<b>Джем</b> порционный
0,04		16,1	65,2	200	<b>Чай с сахаром и лимоном</b> чай черный, сахар-песок, лимон
0,64	0,16	5,84	30,4	80	<b>Мандарины свежие</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Ккалор	Выход, г	ОБЕД С 5- 11 КЛ
0,76	10,27	2,79	90,86	100	<b>Салат из помидор с р/м</b> помидоры свежие, масло растительное, соль
9,65	20,07	44,6	355,07	250	<b>Суп рыбный</b> рыба (треска) с/м, картофель, морковь, лук репчатый, перец болгарский, масло растительное, вода, соль
6,78	4,07	9,28	94,25	100	<b>Тефтели рыбные с соусом</b> филе трески, крупа рисовая, вода питьевая, соль
3,18	7,41	26,62	162,4	150	<b>Макаронные изделия отварные с р/м</b> макаронны, соль
0,96	0,24	50,56	156,96	200	<b>Компот сливовый</b> слива с/м, сахар-песок
4,14	0,6	49,26	141	60	<b>Хлеб пшеничный</b>
4,8	0,4	36,91	105,8	40	<b>Хлеб ржаной</b>