

Утверждаю

Директор Гимназии

Махонина Е.В.



МЕНЮ

Гимназия во имя ИОАННА БОГОСЛОВА

16 апреля 2021

| Белки | Жиры | Углеводы | Ккалор | Выход, г | ЗАВТРАК С 1- 4 КЛАСС |
|-------|------|----------|--------|----------|--|
| 4,2 | 0,94 | 21,3 | 110 | 100 | Каша гречневая рассыпчатая крупя гречневая, соль |
| 2,38 | 0,41 | 3,88 | 35 | 100 | Брокколи товарная брокколи с/м, соль поваренная йодированная |
| 0,04 | | 16,1 | 65,2 | 200 | Чай с сахаром и лимоном чай черный, сахар-песок, лимон |
| 0,48 | 0,48 | 14,64 | 56,4 | 120 | Яблоки свежие |

| Белки | Жиры | Углеводы | Ккалор | Выход, г | ОБЕД С 1- 4 КЛАСС |
|-------|-------|----------|--------|----------|--|
| 0,57 | 6,5 | 3,12 | 63,84 | 75 | Салат зеленый с огурцами и р/м салат свежий, огурцы свежие, масло растительное, соль |
| 45,42 | 19,88 | 47,18 | 170,26 | 200 | Суп- пюре гороховый (вегетарианский) картофель, горох молотый, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль, овощной бульон |
| 16,77 | 24,08 | 112,37 | 677,5 | 210 | Блины с картофелем и луком на рисовой муке мука рисовая в/с, картофель, лук репчатый, дрожжи сухие, соль, масло растительное, вода |
| 4,84 | 1 | 78,42 | 341,28 | 200 | Компот из смеси сухофруктов смесь сухофруктов, сахар-песок, вода питьевая |
| 2,76 | 0,4 | 36,84 | 94 | 40 | Хлеб пшеничный |
| 1,12 | 0,22 | 9,88 | 46,4 | 20 | Хлеб ржаной |



Утверждаю
Директор Гимназии
Махонина Е.В.

МЕНЮ

Гимназия во имя ИОАННА БОГОСЛОВА

16 апреля 2021

| Белки | Жиры | Углеводы | Ккалор | Выход, г | ЗАВТРАК С 5- 11 КЛ |
|-------|------|----------|--------|----------|---|
| 6,3 | 1,41 | 31,95 | 165 | 150 | Каша гречневая рассыпчатая <i>крупа гречневая, соль</i> |
| 2,38 | 0,41 | 3,88 | 35 | 100 | Брокколи товарная <i>брокколи с/м, соль поваренная йодированная</i> |
| 0,04 | | 16,1 | 65,2 | 200 | Чай с сахаром и лимоном <i>чай черный, сахар-песок, лимон</i> |
| 0,48 | 0,48 | 14,64 | 56,4 | 120 | Яблоки свежие |

| Белки | Жиры | Углеводы | Ккалор | Выход, г | ОБЕД С 5- 11 КЛ |
|-------|-------|----------|--------|----------|---|
| 0,76 | 8,79 | 4,16 | 85,13 | 100 | Салат зеленый с огурцами и р/м <i>салат свежий, огурцы свежие, масло растительное, соль</i> |
| 56,77 | 24,85 | 58,97 | 644,25 | 250 | Суп- пюре гороховый (вегетарианский) <i>картофель, горох молотый, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль, овощной бульон</i> |
| 16,77 | 24,08 | 112,37 | 677,5 | 210 | Блины с картофелем и луком на рисовой муке <i>мука рисовая в/с, картофель, лук репчатый, дрожжи сухие, соль, масло растительное, вода</i> |
| 4,84 | 1 | 78,42 | 341,28 | 200 | Компот из смеси сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок, вода питьевая</i> |
| 4,14 | 0,6 | 49,26 | 141 | 60 | Хлеб пшеничный |
| 4,8 | 0,4 | 36,91 | 105,8 | 40 | Хлеб ржаной |