

Утверждаю

Директор Гимназии

Махонина Е.В.



МЕНЮ

Гимназия во имя ИОАННА БОГОСЛОВА

19 апреля 2021

Белки	Жиры	Углеводы	Ккалор	Выход, г	ЗАВТРАК С 1- 4 КЛАСС
1,56	6,33	13,0	103,8	150	Каша пшенная на воде крупя, соль поваренная йодированная
0,21	0,26	1,65	8,33	10	Джем порционный
3,31	1,51	39,98	150,66	75	Пирожок с яблоком мука пшеничная в/с, сахар- песок, дрожжи сухие, соль, яблоко св, масло растительное, меланж пастеризованный
0,04		16,1	65,2	200	Чай с сахаром и лимоном чай черный, сахар-песок, лимон
1,8	0,6	26,4	110,4	120	Бананы свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Ккалор	Выход, г	ОБЕД С 1- 4 КЛАСС
0,75	10,27	2,79	90,86	100	Салат из свеклы с чесноком на р/м свекла отварная, чеснок свежий, масло растительное, соль поваренная йодированная.
9,65	20,07	44,6	355,07	250	Суп вермишелевый на овощном бульоне вермишель, морковь, зелень, лук репчатый, масло растительное, вода, соль поваренная йодированная
6,78	4,07	9,29	94,25	100	Рыба в кляре
3,18	7,41	26,62	162,46	150	Пюре картофельное картофель, вода питьевая, соль поваренная йодированная, масло растительное
0,96	0,24	46,56	156,96	200	Компот из свежих яблок яблоки, вода питьевая, сахар-песок
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

19 апреля 2021

Белки	Жиры	Углеводы	Ккалор	Выход, г	ЗАВТРАК С 5- 11 КЛ
1,56	6,33	13,0	103,8	150	Каша пшенная на воде крупа, соль поваренная йодированная
0,21	0,26	1,65	8,33	10	Джем порционный
3,31	1,51	39,98	150,66	75	Пирожок с яблоком мука пшеничная в/с, сахар- песок, дрожжи сушеные, соль, яблоко св, масло растительное, меланж пастеризованный
0,04		16,1	65,2	200	Чай с сахаром и лимоном чай черный, сахар-песок, лимон
1,8	0.6	26,4	110.4	120	Бананы свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Ккалор	Выход, г	ОБЕД С 5- 11 КЛ
0,75	10,27	2,79	90,86	100	Салат из свеклы с чесноком на р/м свекла отварная,, чеснок свежий, масло растительное, соль поваренная йодированная.
9,65	20,07	44,6	355,07	250	Суп вермишелевый на овощном бульоне вермишель, морковь, зелень, лук репчатый, масло растительное, вода, соль поваренная йодированная
6,78	4,07	9,29	94,25	100	Рыба в кляре
3,81	8,89	31,95	194,9	180	Пюре картофельное картофель, вода питьевая, соль поваренная йодированная, масло растительное
0,96	0,24	46,56	156,96	200	Компот из свежих яблок яблоки, вода питьевая, сахар-песок
4,14	0,6	49,26	141	60	Хлеб пшеничный
4,8	0,4	36,91	105,8	40	Хлеб ржаной