



# МЕНЮ

Гимназия во имя ИОАННА БОГОСЛОВА

22 апреля 2021

Белки	Жиры	Углеводы	Ккалор	Выход, г	ЗАВТРАК С 1- 4 КЛАСС
7,99	11,47	53,5	322,65	100	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> крупя гречневая, соль
2,17	2,67	16,52	83,33	100	<b>Капуста цветная в кляре</b> капуста цветная с/м, мука пшеничная в/с, вода питьевая, соль поваренная йодированная, масло растительное.
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
0,7	5,57	5,16	64,68	75	<b>Салат сезонный</b> капуста б/к, огурцы свежие, помидоры свежие, перец болгарский, масло растительное. Соль.
45,42	19,88	47,18	170,26	200	<b>Суп- пюре гороховый (вегетарианский)</b> картофель, горох молотый, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль, овощной бульон
5,08	3,05	6,9	70,68	75	<b>Биточек рыбный филе трески</b> филе трески мороженое, хлеб пшеничный 1 с, сухари панировочные, масло растительное, 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**

**22 апреля 2021**

Белки	Жиры	Углеводы	Ккалор	Выход, г	ЗАВТРАК С 5- 11 КЛ
11,98	17,20	80,25	483,97	150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> крупя гречневая, соль
2,17	2,67	16,52	83,33	100	<b>Капуста цветная в кляре</b> капуста цветная с/м, мука пшеничная в/с, вода питьевая, соль поваренная йодированная, масло растительное.
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
1,02	7,43	6,88	86,25	100	<b>Салат сезонный</b> капуста б/к, огурцы свежие, помидоры свежие, перец болгарский, масло растительное. Соль.
56,77	24,85	58,97	644,25	250	<b>Суп- пюре гороховый (вегетарианский)</b> картофель, горох молотый, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль, овощной бульон
6,78	4,07	9,29	94,25	100	<b>Биточек рыбный филе трески</b> филе трески мороженое, хлеб пшеничный 1 с, сухари панировочные, масло растительное, 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>