



МЕНЮ

Гимназия во имя ИОАННА БОГОСЛОВА

23 апреля 2021

Белки	Жиры	Углеводы	Ккалор	Выход, г	ЗАВТРАК С 1- 4 КЛАСС
1,04	4,22	6,61	69,20	100	Каша кукурузная на воде крупя кукурузная, соль поваренная йодированная
0,21	0,26	1,65	8,33	10	Джем порционный
0,36	0,09	17,46	58,86	75	Пирожок с клубникой
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
0,56	6,59	3,45	3,82	75	Салат кальмаровый с маслом растительным кальмар с/м, огурцы свежие, горошек зеленый консервированный, масло растительное, соль поваренная йодированная
0,63	2,46	3,82	30,02	75	Салат витаминный капуста б/к, морковь, яблоки, масло растительное, соль йодированная
9,65	20,07	44,6	355,07	250	Суп из овощей вегетарианский картофель, капуста белокочанная, капуста цветная, морковь, горошек зеленый консервированный, лук репчатый. Масло растительное, лук порей, соль поваренная йодированная
5,88	15,69	66,96	56,19	150	Котлета картофельная картофель, соль, масло растительное.
4,84		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



МЕНЮ

Гимназия во имя ИОАННА БОГОСЛОВА

23 апреля 2021

Белки	Жиры	Углеводы	Ккалор	Выход, г	ЗАВТРАК С 5- 11 КЛ
1,56	6,33	9,91	103,8	150	Каша кукурузная на воде крупя кукурузная, соль поваренная йодированная
0,21	0,26	1,65	8,33	10	Джем порционный
0,36	0,09	17,46	58,86	75	Пирожок с клубникой
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
0,85	3,28	5,1	40,03	100	Салат кальмаровый с маслом растительным кальмар с/м, огурцы свежие, горошек зеленый консервированный, масло растительное, соль поваренная йодированная
0,85	3,28	5,1	40,03	100	Салат витаминный капуста б/к, морковь, яблоки, масло растительное, соль йодированная
9,65	20,07	44,6	355,07	250	Суп из овощей вегетарианский картофель, капуста белокочанная, капуста цветная, морковь, горошек зеленый консервированный, лук репчатый. Масло растительное, лук порей, соль поваренная йодированная
5,88	15,69	66,96	56,19	150	Котлета картофельная картофель, соль, масло растительное.
4,84		78,42	341,28	200	Компот из смеси сухофруктов смесь сухофруктов, сахар-песок, вода питьевая
4,14	0,6	49,26	141	60	Хлеб пшеничный
4,8	0,4	36,91	105,8	40	Хлеб ржаной