

Утверждаю  
Директор Гимназии

Махонина Е.В.



# МЕНЮ

**Гимназия во имя ИОАННА БОГОСЛОВА**

**27 апреля 2021**

Белки	Жиры	Углеводы	Калор	Выход, г	ЗАВТРАК С 1- 4 КЛАСС-
1,56	6,33	13,0	103,8	150	<b>Каша пшенная на воде</b> крупя, соль поваренная йодированная
0,21	0,26	1,65	8,33	10	<b>Джем</b> порционный
3,31	1,61	39,98	150,66	75	<b>Пирожок с картофелем</b>
0,04		16,1	65,2	200	<b>Чай с сахаром и лимоном</b> чай черный, сахар-песок, лимон
1,08	0,24	9,62	49,2	120	<b>Апельсин свежий</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор	Выход, г	ОБЕД С 1- 4 КЛАСС
0,56	7,70	2,09	68,14	75	<b>Салат «зеленый»</b> огурцы свежие, листья салата свежие, масло растительное, соль поваренная йодированная.
9,65	20,07	59,6	450,07	250	<b>Рассольник Ленинградский (вегетарианский)</b> крупя перловая, картофель, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, томат-паста, масло растительное, вода, соль поваренная йодированная
3,18	6,96	26,64	162,46	150	<b>Макаронны отварные с овощами</b> макаронны, соль, морковь, лук репчатый
0,96	0,24	46,56	156,96	200	<b>Компот из свежих плодов , вишневый</b> вишня, сахар-песок, вода питьевая
3	1,16	20,56	104,8	40	<b>Хлеб пшеничный</b>
1,12	0,22	9,88	46,4	20	<b>Хлеб ржаной</b>



# МЕНЮ

## Гимназия во имя ИОАННА БОГОСЛОВА

27 апреля 2021

Белки	Жиры	Углеводы	Калор	Выход, г	ЗАВТРАК С 5- 11 КЛ
1,87	7,59	15,60	124,56	180	<b>Каша пшеничная на воде</b> крупя, соль поваренная йодированная
0,21	0,26	1,65	8,33	10	<b>Джем</b> порционный
3,31	1,61	39,98	150,66	75	<b>Пирожок с картофелем</b>
0,04		16,1	65,2	200	<b>Чай с сахаром и лимоном</b> чай черный, сахар-песок, лимон
1,08	0,24	9,62	49,2	120	<b>Апельсин свежий</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор	Выход, г	ОБЕД С 5- 11 КЛ
0,75	10,27	2,79	90,86	100	<b>Салат «зеленый»</b> огурцы свежие, листья салата свежие, масло растительное, соль поваренная йодированная.
11,58	24,09	53,52	426,09	300	<b>Рассольник Ленинградский (вегетарианский)</b> крупя перловая, картофель, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, томат-паста, масло растительное, вода, соль поваренная йодированная
3,81	8,89	31,96	194,95	180	<b>Макароны отварные с овощами</b> макароны, соль, морковь, лук репчатый
0,96	0,24	46,56	156,96	200	<b>Компот из свежих плодов , вишневый</b> вишня, сахар-песок, вода питьевая
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>