

Утверждаю

Директор Гимназии

Махонина Е.В.



МЕНЮ

Гимназия во имя ИОАННА БОГОСЛОВА

28 апреля 2021

Белки	Жиры	Углеводы	Ккалор	Выход, г	ЗАВТРАК С 1- 4 КЛАСС
11,18	16,05	74,9	451,71	140	Блины <i>мука в/с, сахар-песок, дрожжи сушеные, масло растительное, вода</i>
0,21	0,26	1,65	8,33	10	Джем <i>порционный</i>
0,54	0,12	49,58	184,74	200	Кисель из свежих плодов , черносмородиновый <i>клюква б/з, крахмал картофельный, сахар-песок, вода питьевая</i>
1,8	0,6	26,4	110,4	120	Бананы свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Ккалор	Выход, г	ОБЕД С 1- 4 КЛАСС
0,63	2,46	3,82	30,02	75	Салат витаминный <i>капуста б/к, морковь, яблоки, масло растительное, соль йодированная</i>
58,6	49,52	153,37	1133,4	250	Борщ с мелко шинкованными овощами вегетарианский <i>свекла, капуста белокочанная, картофель, фасоль, морковь, лук репчатый, томат-паста, чеснок, сахар-песок, соль</i>
15,37	21,22	96,58	543,87	150	Картофель отварной с укропом и маслом растительным <i>картофель, укроп свежий, соль поваренная йодированная, масло растительное</i>
0,48	0,36	40,58	152,04	200	Компот из свежих плодов , грушевый <i>груша, сахар-песок, вода питьевая</i>
3	1,16	20,56	104,8	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

28 апреля 2021

Белки	Жиры	Углеводы	Ккалор	Выход, г	ЗАВТРАК С 5- 11 КЛ
14,38	20,64	96,3	580,77	180	Блины <i>мука в/с, сахар-песок, дрожжи сушеные, масло растительное, вода</i>
0,21	0,26	1,65	8,33	10	Джем <i>порционный</i>
0,54	0,12	49,58	184,74	200	Кисель из свежих плодов , черносмородиновый <i>клюква б/з, крахмал картофельный, сахар-песок, вода питьевая</i>
1,8	0,6	26,4	110,4	120	Бананы свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Ккалор	Выход, г	ОБЕД С 5- 11 КЛ
0,76	8,79	4,16	85,13	100	Салат витаминный <i>капуста б/к, морковь, яблоки, масло растительное, соль йодированная</i>
70,32	59,43	184,05	1360,2	300	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский <i>свекла, капуста белокочанная, картофель, фасоль, морковь, лук репчатый, томат-паста, чеснок, сахар-песок, соль</i>
18,45	25,47	115,90	652,64	180	Картофель отварной с укропом и маслом растительным <i>картофель, укроп свежий, соль поваренная йодированная, масло растительное</i>
0,48	0,36	40,58	152,04	200	Компот из свежих плодов , грушевый <i>груша, 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