

Утверждаю

Директор Гимназии

Махонина Е.В.



# МЕНЮ

**Гимназия во имя ИОАННА БОГОСЛОВА**

**12 мая 2021**

Белки	Жиры	Углеводы	Калор	Выход, г	ЗАВТРАК С 1- 4 КЛАСС
11,18	16,05	74,9	451,71	120	<b>Блины</b> мука в/с, сахар-песок, дрожжи сушеные, масло растительное, вода
0,21	0,26	1,65	8,33	10	<b>Джем</b> порционный
0,54	0,12	49,58	184,74	200	<b>Кисель из свежих плодов , клюквенный</b> клюква б/з, крахмал картофельный, сахар-песок, вода питьевая
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	7,7	2,09	68,14	75	<b>Салат из помидор с р/м</b> помидоры свежие,масло растительное, соль
58,6	49,52	153,37	1133,4	250	<b>Борщ с мелко шинкованными овощами вегетарианский</b> свекла, капуста белокочанная, картофель, фасоль, морковь, лук репчатый, томат-паста, чеснок, сахар- песок, соль
5,42	3,25	7,43	75,4	80	<b>Шницель рыбный рубленый</b> филе трески, сухари панировочные, соль, хлеб пшеничный, масло растительное.
3,18	7,41	26,62	162,4	150	<b>Макаронные изделия отварные</b> макароны, соль
0,48	0,36	40,58	152,04	200	<b>Компот из свежих плодов , грушевый</b> груша, 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>

Утверждаю  
 Директор Гимназии  
 Махонина Е.В.



# МЕНЮ

**Гимназия во имя ИОАННА БОГОСЛОВА**

**12 мая 2021**

Белки	Жиры	Углеводы	Калор	Выход, г	ЗАВТРАК С 5- 11 КЛ
14,38	20,64	96,3	580,77	140	<b>Блины</b> мука в/с, сахар-песок, дрожжи сушеные, масло растительное, вода
0,21	0,26	1,65	8,33	10	<b>Джем</b> порционный
0,54	0,12	49,58	184,74	200	<b>Кисель из свежих плодов , клюквенный</b> клюква б/з, крахмал картофельный, сахар-песок, вода питьевая
1,08	0,24	9,62	49,2	120	<b>Апельсин свежий</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор	Выход, г	ОБЕД С 5- 11 КЛ
0,76	10,27	2,79	90,86	100	<b>Салат из помидор с р/м</b> помидоры свежие, масло растительное, соль
70,32	59,43	184,05	1360,2	300	<b>Борщ с капустой и картофелем вегетарианский</b> свекла, капуста белокочанная, картофель, фасоль, морковь, лук репчатый, томат-паста, чеснок, сахар-песок, соль
5,42	3,25	7,43	75,4	80	<b>Шницель рыбный рубленый</b> филе трески, сухари панировочные, соль, хлеб пшеничный, масло растительное.
3,81	8,89	31,96	194,95	180	<b>Макаронны отварные с овощами</b> макаронны, соль, морковь, лук репчатый
0,48	0,36	40,58	152,04	200	<b>Компот из свежих плодов , грушевый</b> груша, 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>