

Утверждаю
Директор Гимназии
Махонина Е.В.



МЕНЮ

Гимназия во имя ИОАННА БОГОСЛОВА

14 мая 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
0,48	0,48	14,64	56,4	120	Яблоки свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Ккалор	Выход, г	ОБЕД С 1- 4 КЛАСС
0,75	10,27	2,79	90,86	100	Салат из свеклы с чесноком на р/м свекла отварная,, чеснок свежий, масло растительное, соль поваренная 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
5,08	3,05	6,9	70,68	75	Биточек рыбный филе трески филе трески мороженое, хлеб пшеничный 1 с, сухари панировочные, масло растительное, соль
15,37	21,22	96,58	543,87	150	Картофель отварной с укропом картофель, укроп свежий, соль поваренная йодированная, масло растительное.
4,84	1	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

Утверждаю
Директор Гимназии
Махонина Е.В.



МЕНЮ

Гимназия во имя ИОАННА БОГОСЛОВА

14 мая 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
0,48	0,48	14,64	56,4	120	Яблоки свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Ккалор	Выход, г	ОБЕД С 5- 11 КЛ
0,75	10,27	2,79	90,86	100	Салат из свеклы с чесноком на р/м свекла отварная,, чеснок свежий, масло растительное, соль поваренная йодированная.
11,58	24,09	53,52	426,09	300	Суп из овощей вегетарианский картофель,капуста белокочанная,капуста цветная, морковь,горошек зеленый консервированный, лук репчатый. Масло растительное,лук порей, соль поваренная йодированная
6,78	4,07	9,29	94,25	100	Биточек рыбный филе трески филе трески мороженое,хлеб пшеничный 1 с, сухари панировочные,масло растительное,соль
15,37	21,22	96,58	543,87	150	Картофель отварной с укропом картофель,укроп свежий,соль поваренная йодированная, масло растительное.
4,84	1	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