

Утверждаю

Директор Гимназии

Махонина Е.В.



МЕНЮ

Гимназия во имя ИОАННА БОГОСЛОВА

19 мая 2021

Белки	Жиры	Углеводы	Ккалор	Выход, г	ЗАВТРАК С 1- 4 КЛАСС
11,18	16,05	74,9	451,71	120	Блины мука в/с, сахар-песок, дрожжи сушеные, масло растительное, вода
0,21	0,26	1,65	8,33	10	Джем порционный
0,54	0,12	49,58	184,74	200	Кисель из свежих плодов , клюквенный клюква б/з, крахмал картофельный, сахар-песок, вода питьевая
0,48	0,48	14,64	56,4	120	Яблоки свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Ккалор	Выход, г	ОБЕД С 1- 4 КЛАСС
0,7	5,57	5,16	64,68	75	Салат сезонный с растительным маслом капуста б/к, огурцы свежие, помидоры свежие, перец болгарский, масло растительное. Соль.
58,6	49,52	153,37	1133,4	250	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский свекла, капуста белокочанная, картофель, фасоль, морковь, лук репчатый, томат-паста, чеснок, сахар-песок, соль
6,78	4,07	9,28	94,25	100	Тефтели рыбные с соусом филе трески, крупа рисовая, вода питьевая, соль
16,12	16,63	56,57	462,52	180	Каша гречневая рассыпчатая крупа гречневая, соль
0,48	0,36	40,58	152,04	200	Компот из свежих плодов , грушевый груша, 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

19 мая 2021

Белки	Жиры	Углеводы	Ккалор	Выход, г	ЗАВТРАК С 5- 11 КЛ
14,38	20,64	96,3	580,77	140	Блины мука в/с, сахар-песок, дрожжи сушеные, масло растительное, вода
0,21	0,26	1,65	8,33	10	Джем порционный
0,54	0,12	49,58	184,74	200	Кисель из свежих плодов , клюквенный клюква б/з, крахмал картофельный, сахар-песок, вода питьевая
0,48	0,48	14,64	56,4	120	Яблоки свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Ккалор	Выход, гр	ОБЕД С 5- 11 КЛ
1,02	7,43	6,88	86,25	100	Салат сезонный капуста б/к, огурцы свежие, помидоры свежие, перец болгарский, масло растительное. Соль.
70,32	59,43	184,05	1360,26	300	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский свекла, капуста белокочанная, картофель, фасоль, морковь, лук репчатый, томат-паста, чеснок, сахар-песок, соль
6,78	4,07	9,28	94,25	100	Тефтели рыбные с соусом филе трески, крупа рисовая, вода питьевая, соль
17,92	18,48	62,84	513,92	200	Каша гречневая рассыпчатая крупа гречневая, соль
0,48	0,36	40,58	152,04	200	Компот из свежих плодов , грушевый груша, 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