

Утверждаю  
Директор Гимназии  
Махонина Е.В.



# МЕНЮ

Гимназия во имя ИОАННА БОГОСЛОВА

20 мая 2021

Белки	Жиры	Углеводы	Ккалор	Выход, г	ЗАВТРАК С 1- 4 КЛАСС
15	19,74	4,64	241,05	120	<b>Омлет запеченный на пару</b> яйцо куриное, молоко ультрапастеризованное, соль поваренная йодированная, масло сливочное обогащенное.
1,78	1,03	17,26	72,84	50	<b>Ватрушка с творогом</b> мука пшеничная 1 с, молоко ультрапастеризованное, сахар-песок, масло сливочное обогащенное, соль поваренная йодированная, яйцо куриное, дрожжи сушеные, соль поваренная йодированная, фарш творожный, масло растительное.
0,04		16,1	65,2	200	<b>Чай с сахаром и лимоном</b> чай черный, сахар-песок, лимон
1,8	0,6	26,4	110,4	120	<b>Бананы свежие</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Ккалор	Выход, г	ОБЕД С 1- 4 КЛАСС
4,8	16,65	4,64	192,75	75	<b>Салат «Греческий»</b> помидоры, огурцы, сыр фета, маслины б/к, растительное масло, соль поваренная йодированная,
56,77	24,85	58,97	644,25	250	<b>Суп пюре гороховый с говядиной</b> картофель, горох молотый, лук репчатый, морковь, петрушка, укроп, масло сливочное обогащенное, соль поваренная йодированная, бульон мясной.
5,04	8,42	6,45	112,88	90	<b>Котлета рубленая куриная</b> куры потрошенные, хлеб пшеничный, молоко, жир куриный, соль, соус молочный, масло сливочное, сыр.
3,18	7,41	26,62	162,4	150	<b>Макаронные изделия отварные</b> макаронны, соль
0,96	0,24	50,56	156,96	200	<b>Компот сливовый</b> слива с/м, сахар-песок
2,76	0,4	36,84	94	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**

**20 мая 2021**

Белки	Жиры	Углеводы	Ккалор	Выход, г	ЗАВТРАК С 5- 11 КЛ
20	26,32	6,19	321,40	160	<b>Омлет запеченный на пару</b> яйцо куриное, молоко ультрапастеризованное, соль поваренная йодированная, масло сливочное обогатненное.
1,78	1,03	17,26	72,84	50	<b>Ватрушка с творогом</b> мука пшеничная 1 с, молоко ультрапастеризованное, сахар- песок, масло сливочное обогатненное, яйцо куриное, дрожжи сухие, соль поваренная йодированная, фарш творожный, масло растительное.
0,04		16,1	65,2	200	<b>Чай с сахаром и лимоном</b> чай черный, сахар-песок, лимон
1,8	0,6	26,4	110,4	120	<b>Бананы свежие</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Ккалор	Выход, г	ОБЕД С 5- 11 КЛ
6,4	22,2	6,2	257	100	<b>Салат «Греческий»</b> помидоры, огурцы, сыр фета, маслины б/к, растительное масло, соль поваренная йодированная,
68,13	29,82	70,77	773,1	300	<b>Суп пюре гороховый с говядиной</b> картофель, горох молотый, лук репчатый, морковь, петрушка, укроп, масло сливочное обогатненное, соль поваренная йодированная, бульон мясной.
6,44	10,76	8,24	144,24	115	<b>Котлета рубленая куриная</b> куры потрошенные, хлеб пшеничный, молоко, жир куриный, соль, соус молочный, масло сливочное, сыр.
3,81	8,89	31,96	194,95	180	<b>Макаронные изделия отварные</b> макаронны, соль
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>