

Утверждаю

Директор Гимназии

Махонина Е.В.



МЕНЮ

Гимназия во имя ИОАННА БОГОСЛОВА

21 мая 2021

Белки	Жиры	Углеводы	Ккалор	Выход, г	ЗАВТРАК С 1- 4 КЛАСС
0,36	0,09	17,46	58,86	75	Пирожок с клубникой
				200	Вода питьевая
1,08	0,24	9,62	49,2	120	Апельсин свежий

Белки	Жиры	Углеводы	Ккалор	Выход, г	ОБЕД С 1- 4 КЛАСС
0,59	5,52	13,69	54,84	75	Салат из сырых овощей <i>огурец, помидор, перец сладкий, соль поваренная йодированная, растительное масло</i>
9,65	20,07	44,6	355,07	250	Суп из овощей вегетарианский <i>картофель, капуста белокочанная, капуста цветная, морковь, горошек зеленый консервированный, лук репчатый. Масло растительное, лук порей, соль поваренная йодированная</i>
5,08	3,05	6,9	70,68	75	Биточек рыбный филе трески <i>филе трески мороженое, хлеб пшеничный 1 с, сухари панировочные, масло растительное, соль</i>
15,37	21,22	96,58	543,87	150	Картофель отварной с укропом <i>картофель, укроп свежий, соль поваренная йодированная, масло растительное.</i>
4,84		78,42	341,28	200	Компот из смеси сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар-песок, вода питьевая</i>
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 БОГОСЛАВА

21 мая 2021

Белки	Жиры	Углеводы	Ккалор	Выход, г	ЗАВТРАК С 5- 11 КЛ
0,36	0,09	17,46	58,86	75	Пирожок с клубникой
				200	Вода питьевая
1,08	0,24	9,62	49,2	120	Апельсин свежий

Белки	Жиры	Углеводы	Ккалор	Выход, г	ОБЕД С 5- 11 КЛ
0,79	7,36	18,26	73,13	100	Салат из сырых овощей <i>огурец, помидор, перец сладкий, соль поваренная йодированная, растительное масло</i>
11,58	24,09	53,52	426,09	300	Суп из овощей вегетарианский <i>картофель, капуста белокочанная, капуста цветная, морковь, горошек зеленый консервированный, лук репчатый. Масло растительное, лук порей, соль поваренная йодированная</i>
6,78	4,07	9,29	94,25	100	Биточек рыбный филе трески <i>филе трески мороженое, хлеб пшеничный 1 с, сухари панировочные, масло растительное, соль</i>
18,46	25,47	115,88	652,64	180	Картофель отварной с укропом <i>картофель, укроп свежий, соль поваренная йодированная, масло растительное.</i>
4,84		78,42	341,28	200	Компот из смеси сухофруктов <i>смесь сухофруктов, 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