

Утверждаю

Директор Гимназии

Махонина Е.В.



# МЕНЮ

**Гимназия во имя ИОАННА БОГОСЛОВА**

**24 мая 2021**

Белки	Жиры	Углеводы	ККалор	Выход, г	ЗАВТРАК С 1- 4 КЛ
11,47	14,53	47,65	317,88	150	<b>Каша из овсяных хлопьев «геркулес» вязкая на молоке</b> хлопья овсяные «геркулес», ультрапастеризованное молоко, масло сливочное обогатненное, соль поваренная йодированная.
5,62	4,04	32,84	176,94	120	<b>Булочка с маком</b> мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло сливочное обогатненное, молоко ультрапастеризованное, яйцо куриное, дрожжи сушеные, соль поваренная йодированная
0,04		16,1	65,2	200	<b>Чай с сахаром</b> чай черный, сахар-песок,
0,48	0,48	14,64	56,4	120	<b>Яблоки свежие</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор	Выход, г	ОБЕД С 1- 4 КЛ
0,56	7,7	2,09	68,14	75	<b>Салат «зеленый»</b> салат свежий, огурцы свежие, зелень, масло растительное, соль.
26,3	20,4	33,8	400,37	250	<b>Суп «щи» из капусты свежий с мясом</b> капуста белокочанная, картофель, лук репчатый, морковь, масло сливочное обогатненное, петрушка, укроп, соль, вода питьевая мясо отварное
16,12	16,63	56,57	462,52	180	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> крупа гречневая, соль
5,7	2,94	4,8	64,6	75	<b>Фрикадельки мясные паровые в соусе молочном</b> говядина ДП крупный кусок замороженная, хлеб пшеничный, соль поваренная йодированная, масло сливочное, молоко ультрапастерилизованное, мука пшеничная 1 с
0,72	0,42	40,98	157,56	200	<b>Компот из свежих плодов , яблок</b> яблоки, 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**

**24 мая 2021**

белки	Жиры	Углеводы	ККалор	Выход, г	ЗАВТРАК С 5- 11 КЛ
13,77	17,44	57,18	381,14	180	<b>Каша из овсяных хлопьев «геркулес» вязкая на молоке</b> хлопья овсяные «геркулес», ультрапастеризованное молоко, масло сливочное обогатненное, соль поваренная йодированная.
5,62	4,04	32,84	176,94	120	<b>Булочка с маком</b> мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло сливочное обогатненное, молоко ультрапастеризованное, яйцо куриное, дрожжи сушеные, соль поваренная йодированная
0,04		16,1	65,2	200	<b>Чай с сахаром</b> чай черный, сахар-песок,
0,48	0,48	14,64	56,4	120	<b>Яблоки свежие</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор	Выход, г	ОБЕД С 5-11 КЛ
0,44	10,99	30,97	97,43	100	<b>Салат «зеленый»</b> салат свежий, огурцы свежие, зелень, масло растительное, соль.
31,56	24,48	40,56	480,45	300	<b>Суп «щи» из капусты свежий с мясом</b> капуста белокочанная, картофель, лук репчатый, морковь, масло сливочное обогатненное, петрушка, укроп, соль, вода питьевая мясо отварное
16,4	19,88	65,38	437,82	200	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> крупа гречневая, соль
7,6	3,92	6,41	86,14	100	<b>Фрикадельки мясные паровые в соусе молочном</b> говядина ДП крупный кусок замороженная, хлеб пшеничный, соль поваренная йодированная, масло сливочное, молоко ультрапастеризованное, мука пшеничная 1 с
0,72	0,42	40,98	157,56	200	<b>Компот из свежих плодов , яблок</b> яблоки, 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>