



УТВЕРЖДАЮ:
 Директор гимназии
 Э.А. Баранова

8 день 09.11.2021
Меню для детей с 11-18 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
			ЗАВТРАК						
Завтрак	Гор. блюдо	189/2008	Каша ячневая	200/10	18,20	260,75	8,63	6,63	41,75
		224/2008	Сырники из творога со сгущенным молоком	50/15	26,10	149,1	6,64	5,85	17,0
	гор.напиток	685/2004	Чай с сахаром	200	2,90	60,6	0,2	0	15,2
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	2,80	47,4	1,5	0,1	10
	Всего				50,00				
			ОБЕД						
Обед	закуска	59/2015	Салат из моркови с яблоками	100	9,70	95,8	0,8	6,7	8,2
	1 блюдо	91/2008	Рассольник «Ленинградский»	250	14,00	145,0	1,6	7,0	13,6
	2 блюдо	324/1994	Котлета рыбная	100	42,90	259,9	19,6	13,6	15,0
	гарнир	299/2002	Пюре картофельное по-домашнему	180	17,60	187,3	3,8	7,7	25,7
	напиток	862/2002	Компот из свежих ягод	200	5,10	118,2	0,2	0	30,6
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	20	0,30	79,2	2,5	0,4	16,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	0,40	47,4	1,5	0,1	10
	ВСЕГО				90,00				

Зав. производством :

Чу

Чурина Л.В.

Ответственный за питание

Поро

Поротикова Н.В.