



УТВЕРЖДАЮ:
 Директор гимназии
 З.А. Баранова

8 день 07.12.2021
Меню для детей с 11-18 лет

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюда | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|----------|---|--------------|-------|--------------|-------|------|----------|
| 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 |
| | | 685/2004 | Чай с сахаром | 200 | 2,90 | 60,6 | 0,2 | 0 | 15,2 |
| | | | Хлеб пшеничный | 20 | 2,80 | 47,4 | 1,5 | 0,1 | 10 |
| | | | Всего | | | 50,00 | | | |
| Обед | | | ОБЕД | | | | | | |
| | | 59/2015 | Салат из моркови с яблоками | 100 | 9,70 | 95,8 | 0,8 | 6,7 | 8,2 |
| | | 91/2008 | Рассольник «Ленинградский» | 250 | 14,00 | 145,0 | 1,6 | 7,0 | 13,6 |
| | | 324/1994 | Котлета рыбная | 100 | 42,90 | 259,9 | 19,6 | 13,6 | 15,0 |
| | | 299/2002 | Пюре картофельное по-домашнему | 180 | 17,60 | 187,3 | 3,8 | 7,7 | 25,7 |
| | | 862/2002 | Компот из свежих ягод | 200 | 5,10 | 118,2 | 0,2 | 0 | 30,6 |
| | | | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 0,30 | 79,2 | 2,5 | 0,4 | 16,5 |
| | | | Хлеб пшеничный | 20 | 0,40 | 47,4 | 1,5 | 0,1 | 10 |
| | ВСЕГО | | | 90,00 | | | | | |

Зав. производством : *Мч* Чурина Л.В.

Ответственный за питание *Мбаф* Бакулева Н.А.