



УТВЕРЖДАЮ:
Директор гимназии
З.А. Баранова

10 день 21.10.2021
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 манная	200	18,10	202,55	5,93	7,99	26,71
	фрукт		Яблоко	1 шт	24,00	94	0,8	0,87	19,6
	гор.напиток	54-6х/2020	Компот из изюма	200	5,10	113,79	0,56	0	27,89
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	2,80	47,4	1,5	0,1	10
	Всего					50,00			
			ОБЕД						
Обед	закуска	31/2011	Салат из свеклы с сыром и маслом	100	21,30	129,7	4,6	9,3	6,9
	1 блюдо	95/2008	Суп овощной со сметаной	250/10	7,00	122,9	2,9	4,5	16,2
	2 блюдо	874/1998	Голубцы ленивые	100	38,00	154,9	8,0	7,9	9,38
	гарнир	189/1998	Каша гречневая рассыпчатая	180	13,00	269,1	10,1	5,0	45,9
	гор.напиток	1194/1998	Чай с сахаром НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	9,50	60,6	0,2	0	25,2
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	20	0,60	79,2	2,5	0,4	16,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	0,60	47,4	1,5	0,1	10
	ВСЕГО					90,00			

Зав. производством : *Чу*

Чурина Л.В.

Ответственный за питание *Поро*

Поротикова Н.В.