



УТВЕРЖДАЮ:
Директор гимназии
З.А. Баранова

5 день 29.10.2021
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 овсяная «Геркулес»	200	17,80	229,91	6,57	9,67	24,34
	фрукт		Яблоко	1 шт	24,50	94	0,8	0,8	19,6
	гор.напиток	377/2011	Чай с сахаром и лимоном	200/7	5,70	62,8	0,3	0	15,4
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	2,00	47,4	1,5	0,1	10
	Всего				50,00				
			ОБЕД						
Обед	закуска	28/2011	Салат из свежей капусты с огурцом	100	12,20	143,2	1,3	10,1	11,3
	1 блюдо	87/2010	Суп картофельный с рыбными консервами	250	16,70	121,00	4,9	3,7	18,3
	2 блюдо	256/2008	Печень по-строгановски	100	49,40	271,3	20,2	16,1	5,8
	гарнир	332/2004	Макаронные изделия отварные	180	7,90	223,4	6,5	5,1	39,3
	напиток	685/2004	Чай с сахаром	200	2,90	60,6	0,2	0	15,2
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	20	0,40	79,2	2,5	0,4	16,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	0,50	47,4	1,5	0,1	10
	ВСЕГО				90,00				

Зав. производством : *Миз*

Чурина Л.В.

Ответственный за питание *Поро*

Поротикова Н.В.