



УТВЕРЖДАЮ:
Директор гимназии
З.А. Баранова

7 день 20.09.2021
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 рисовая вязкая	200	19,10	205,13	5,03	8,13	27,86
		14/2011	Масло сливочное	10	7,60	74,5	0	8,2	0
	фрукт	15/2011	Сыр	15	11,90	88,30	5,6	7,2	0
	гор.напиток	432/2008	Кофейный напиток	200	7,90	107	1,5	1,3	22,4
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	3,50	47,4	1,5	0,1	10
	Всего				50,00				
			ОБЕД						
Обед	закуска	389/2011	Салат из свежих помидор и огурцов	100	11,30	136,90	1,5	13,4	3,8
	1 блюдо	100/2008	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	14,90	129,28	0,96	2,32	6,24
	2 блюдо	304/2010	Плов из курицы	280	52,60	604,78	32,11	31,92	47,04
	напиток	348/2011	Компот из кураги	200	6,30	136	2	0	31,80
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	20	2,40	79,2	2,5	0,4	16,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	2,50	47,4	1,5	0,1	10
	ВСЕГО				90,00				

Зав. производством : 

Чурина Л.В.

Ответственный за питание



Поротикова Н.В.