



ТВЕРЖДЕ
З.А. Баранова
Директор гимназии

12 день 17.12.2022
Меню для детей с 11-18 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			ЗАВТРАК						
	Гор. блюдо	276/2021	Омлет с отварным картофелем	200	46,70	268	13,8	17,2	14,2
	гор.напиток	432/2008	Кофейный напиток	200	8,30	107	1,5	1,3	22,4
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	5,00	47,4	1,5	0,1	10
Обед	Всего				60,00				
			ОБЕД						
	закуска	19/2008	Винегрет овощной	100	17,30	169,6	2,8	10,2	16,3
	1 блюдо	139/3/1994	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	12,90	120,8	5,2	2,6	15,1
	2 блюдо	229/2008	Рыба припущенная	100	62,40	336,5	25,4	22,4	8,8
	гарнир	133/2008	Картофель отварной	180	10,80	257,4	7,02	14,04	25,74
	гор.напиток	ТТК	Напиток из сока чай	200	3,20	102,5	0,3	0,1	22,8
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	27	1,00	79,2	2,5	0,4	16,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	2,40	47,4	1,5	0,1	10
	ВСЕГО				110,00				

Зав. производством : Чурина Л.В.
Ответственный за питание Бакулева Н.А.