

УТВЕРЖДАЮ:

Директор гимназии

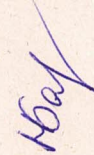
З.А. Баранова



19 день 21.01.2023
 Меню для детей с 11-18 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гор. блюдо	527/2021	ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННОЙ	200/20	41,30	536,25	15	18,75	75,75
		75/2021	СЫР (порционно)	15	11,60	53,7	3,48	4,43	0
	НАПИТОК	479/2021	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖИХ	200	5,30	90	0,2	0,2	22
	ХЛЕБ	573/2021	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,00	46,8	1,52	0,16	9,84
		575/2021	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,80	79,2	2,72	0,52	15,92
	Всего				60,00				
Обед			ОБЕД						
	закуска	27/2021	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	100	4,40	89	1,3	6,1	7,3
	1 блюдо	120/2021	УХА РЫБАЦКАЯ	250	30,60	83,25	7,33	2,3	8,33
	2 блюдо	354/2021	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	280	65,80	346,4	20,61	6,94	25,42
	гарнир	419/2021	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	4,10	25,95	0,48	1,64	2,3
	напиток	486/2021	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	3,00	46	0,1	0,1	11,1
	хлеб	575/2021	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,00	79,2	2,72	0,52	15,92
	хлеб	573/2021	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,10	46,8	1,52	0,16	9,84
	ВСЕГО				110,00				

Зав. производством :  Чурина Л.В.

Ответственный за питание  Бакулева Н.А.