



УТВЕРЖДАЮ:
 Директор гимназии
 З.А. Баранова

10 день 01.12.2022
Меню для детей с 11-18 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гор. блюдо	189/2008	Каша манная	200	19,60	202,55	5,93	7,99	26,71
		14/2011	Масло сливочное	10	8,60	74,5	0	8,2	0
	фрукт		Яблоко <i>Мансария</i>	1 шт	25,00	94	0,8	0,87	19,6
	гор.напиток	377/2011	Чай с сахаром и Лимоном	200	4,80	60,6	0,2	0	25,2
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	2,00	47,4	1,5	0,1	10
	Всего				60,00				
Обед			ОБЕД						
	закуска	31/2011	Салат из свеклы с сыром и маслом	100	17,60	129,7	4,6	9,3	6,9
	1 блюдо	84/2008	Щи из свежей капусты	250/12,5	24,40	167,5	3,3	8,6	17,6
	2 блюдо	347/2021	Котлета «Школьная»	100	45,20	213	15,3	11	13,3
	гарнир	332/2004	Макаронны отварные	180	8,50	223,4	6,5	5,1	39,3
		1011/1998	Соус томатный	30	2,60	23,82	0,41	1,47	2,24
	гор.напиток	1047/1983	Напиток из шиповника	200	9,30	86,00	0	0	20,0
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	14	1,00	79,2	2,5	0,4	16,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	14	1,40	47,4	1,5	0,1	10
		ВСЕГО				110,00			

Зав. производством : *Чу* Чурина Л.В.

Ответственный за питание *Нас* Бакулева Н.А.