



УТВЕРЖДАЮ:
Директор гимназии
З.А. Баранова

11 день 16.12.2022
Меню для детей с 11-18 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			ЗАВТРАК						
	Гор. блюдо	163/2012	Запеканка морковно-творожная	150	53,10	430	19	21,8	39,2
	гор.напиток	1131/1998	Кисель фруктово-ягодный	200	5,30	112,8	0	0	28,2
	хлеб		Хлеб пшеничный	8	1,60	47,4	1,5	0,1	10
	Всего				60,00				
Обед			ОБЕД						
	закуска	22/2008	Салат из свежих помидор	100	20,40	70,3	1,1	5,1	4,4
	1 блюдо	86/2014	Уха рыбацкая	250	30,30	110,4	5,7	4,0	12,9
	2 блюдо	904/1998	Котлета из мяса птицы	100	38,20	346,1	21,0	21,9	16,7
	гарнир	323/2008	Каша гречневая рассыпчатая	180	13,30	269,1	10,1	5,0	45,9
	соус	1011/1998	Соус томатный	30	2,50	23,82	0,41	1,47	2,24
	гор.напиток	377/2011	Чай с лимоном	200	3,20	62,8	0,3	0	15,4
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	8	1,00	79,2	2,5	0,4	16,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	10	1,10	47,4	1,5	0,1	10
	ВСЕГО				110,00				

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