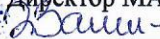


Согласовано
Директор МАОУ «Гимназия»
 Н.Л. Усанина



Ежедневное меню учащихся 1-4 классы
(Для детей имеющих право на бесплатное питание* и для платного питания)
18.01.2023

ЗАВТРАК: 91,76

№ рец.	Блюдо	Выход,	Калорийность	Б	Ж	У
акт	Котлета детская	70гр	147,1	7,99	7,7	9,5
174	Каша рисовая молочная	150/5гр	225,5	6,9	8,14	28,2
518	Сок фруктовый	200мл	82	1	0,2	20,2
108/109	Хлеб пшеничный и ржаной	50гр	140	5,01	0,6	28,5

ОБЕД: 91,76

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Б	Ж	У
52	Салат из свеклы отварной	60гр	51,68	0,84	3,61	4,96
88	Щи из свежей капусты	200/5гр	127,06	4,97	3,06	12
акт	Котлета детская	90гр	147,1	7,99	7,7	9,5
174	Каша рисовая молочная	150гр	225,5	6,9	8,14	28,2
349	Напиток из сухофруктов	180мл	119,5	0,63	0,09	34,2
108/109	Хлеб пшеничный и ржаной	40гр	117	3,34	0,4	24

Ежедневное меню учащихся 5-11 классы
(Для детей имеющих право на бесплатное питание* и для платного питания)
18.01.2023

ЗАВТРАК: 102,89

№ рец.	Блюдо	Выход,	Калорийность	Б	Ж	У
акт	Котлета детская	80гр	165,1	9,1	8,6	1,8
174	Каша рисовая молочная	200гр	197,3	6	10,9	39,7
518	Сок фруктовый	200мл	82	1	0,2	20,2
108/109	Хлеб пшеничный и ржаной	30гр	117	3,34	0,4	24

ОБЕД: 102,89

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Б	Ж	У
52	Салат из свеклы отварной	100гр	99,8	2,4	6	9,8
88	Щи из свежей капусты	250/5гр	146,3	6,2	3,8	17,8
акт	Котлета детская	100гр	165,1	9,1	8,6	1,8
174	Каша рисовая молочная	180гр	267,6	5,4	8,8	35,8
349	Напиток из сухофруктов	180мл	119,5	0,63	0,09	34,2
108/109	Хлеб пшеничный и ржаной	20гр	117	3,34	0,4	24

*Бесплатное питание предоставляется детям имеющие справку подтверждения статуса семьи: многодетные малоимущие, малоимущие, дети с ОВЗ, дети-инвалиды

ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОВЗ: 23,08

№рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Б	Ж	У
88	Щи из свежей капусты	250/5гр	146,3	6,2	3,8	17,8
494	Чай с лимоном	200/7мл	73,2	0,13	0,02	13,2
573	Ромашка с повидлом	70гр	3,8	3,4	23,2	139
378	Чай с молоком	200мл	72,9	1,4	1,2	14,31

Заведующая столовой 