



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГАОУ ТО

"Гимназия российской культуры"

Э.В. Загвязинская



## МЕНЮ

« 19 » ноября 2020г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
<b>Завтрак</b>						<b>80</b>
Бутерброд с сыром	25/20	3,67	5,06	10,66	135	
Каша молочная пшеничная	200/10	6,77	7,25	25,19	205	
Какао с молоком	200	3,8	4,54	18,58	119,05	
Хлеб ржаной	25	1,12	0,22	11,28	55,25	
Фрукт (груша)	180	1	0	10	85	
<b>Обед</b>						<b>135</b>
Салат из свежих помидор, огурцов, перца с маслом растительным	80	0,66	0,1	5,28	25,2	
Солянка сборная со сметаной и зеленью	250/10/1	4,87	6,03	9,14	155	
Капуста тушеная	150,00	3,25	4,7	22,01	143,76	
Тефтели мясные	70	0,1	0	15,1	56,68	
Кисель из свежих ягод	200	1,12	0,22	11,28	55,25	
Хлеб ржаной	20	1,97	0,25	13,28	56,74	
Хлеб пшеничный	25	1,97	0,25	13,28	56,74	
Фрукт ( яблоко )	190	1	0	10	85	
<b>Стоимость дня</b>						<b>215</b>

Зав. Столовой \_\_\_\_\_

Мед. Работник \_\_\_\_\_

9 день



УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГАОУ ТО  
«Гимназия  
российской культуры»  
Э.В. Загвязинская

Утверждаю  
Генеральный директор  
ООО «Мигия Вкус»  
М.Г. Сыслова  
2020г.

## МЕНЮ

«\_19\_»\_ноября\_2020г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Уплотнённый завтрак						
Салат из свежих помидор, огурцов, перца с маслом растительным	80	0,66	0,1	5,28	25,2	
Капуста тушеная	150,00	3,25	4,7	22,01	143,76	
Тефтели мясные	70	0,1	0	15,1	56,68	
Кисель из свежих ягод	200	1,12	0,22	11,28	55,25	
Хлеб ржаной	20	1,97	0,25	13,28	56,74	
Хлеб пшеничный	25	1,97	0,25	13,28	56,74	
Фрукт ( яблоко )	190	1	0	10	85	
<b>Стоимость дня</b>						<b>100</b>

Зав. Столовой \_\_\_\_\_

Мед. Работник \_\_\_\_\_