

Игорь



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГАОУ ТО

«Гимназия российской культуры»

Э.В.Загвязинская

МЕНЮ

« 23 » ноября 2020г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Завтрак 1-4 классы						80,00
Бутерброд с маслом и повидлом	25/10/15	1,76	3,91	25,01	139,7	
Каша молочная " Дружба"	200/10	5,43	6,52	30,45	260	
Чай с молоком и сахаром	200	1,55	1,28	14,41	75,64	
Хлеб ржаной	30	1,12	0,22	11,58	85,00	
Фрукт (груша)	185	0,66	0,38	9,84	85,00	
Обед 1-4 классы						135,00
Салат из свежих помидор и огурцов с маслом растительным	60	0,52	4,08	1,63	45,99	
Суп картофельный с мясом и сметаной	250/20/10	12,33	4,05	13,21	111,2	
Кура запеченая	100	15,9	12,00	3,6	193,1	
Сложный гарнир картофельное пюре ,капуста тушеная	150	6,45	5,2	19,67	129,2	
Компот из ягодной смеси	200	0,2	0,08	18,43	76,63	
Хлеб ржаной	25	1,12	0,22	11,58	66,30	
Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,12	0,22	11,58	56,74	
Йогурт 125 гр в ассортименте	1	2,80	2,50	11,30	78,90	
Стоимость дня						215,00

Зав. Столовой _____

Мед. Работник _____



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГАОУ ТО

"Гимназия российской культуры"

Э.В. Загвязинская



МЕНЮ

« 23 » ноября 2020г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Усиленный завтрак						
Салат из свежих помидор и огурцов с маслом растительным	60	0,52	4,08	1,63	45,99	
Кура запеченая	100	15,9	12	3,6	193,1	
Сложный гарнир картофельное пюре ,капуста тушеная	150	0,45	5,2	19,67	129,2	
Компот из ягодной смеси	200	0,2	0,08	18,43	76,63	
Хлеб ржаной	25	1,12	0,22	11,58	66,3	
Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,12	0,22	11,58	56,74	
Йогурт 125 гр в ассортименте	1	2,8	2,5	11,3	78,9	
Стоимость дня						100,00

Зав. Столовой _____

Мед. Работник _____