



МЕНЮ

« 3 » марта 2022г.

1-4 класс 1 комплекс

5 день

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Винегрет овощной	80	1,2	4,0	11,9	88,0
Плов из мяса	200	12,5	13,7	36,5	319,3
Компотик теплый из сежих	200	0,5	0,2	23,1	96,2
0,00	0	1,8	1,5	4,5	38,7
Хлеб пшеничный	25	0,8	0,2	6,1	29,2
Хлеб "Николаевский"	25	0,7	0,1	9,4	41,3
Итого					

Зав. Столовой _____


Мед. Работник _____





Утверждаю:
Генеральный директор
ООО «Магия вкуса»
М.Г. Сыслова
2021 год

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

МЕНЮ

« 3 » марта 2022г.

1-4 класс 2 комплекс

8 день

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Горячий завтрак 2 комплекс					
Бутерброд с маслом и повидлом	20/5/15	1,76	3,91	25,01	139,65
Омлет натуральный	180	15,87	15,32	3,27	305,17
Чай с молоком и сахаром	200	1,55	1,28	14,41	75,64
Хлеб ржаной	20	0,90	0,18	9,26	44,20
Фрукт (яблоко)	125	0,66	0,38	9,84	85,00
Стоимость					

Зав. Столовой _____

Мед. Работник _____



УТВЕРЖДАЮ
 Директор ГАОУ ТОЯ
 "Гимназия российской культуры"
 Э.В. Загвязинская



МЕНЮ

« 3 » марта 2022 г.

1-4 класс обед

8 день

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Обед					
Салат из отварной моркови с	50	1,19	5,51	6,33	72,47
Борщ с мясом и сметаной	250/10/5	5,79	5	14,93	195
Гуляш из мяса	40/40	8,19	6,75	3,06	85,75
Макароны отварные	150	4,86	6,93	37,14	203,55
Напиток из клюквы	200	0,16	0,04	5,2	50,3
Хлеб ржаной	25	1,12	0,22	11,28	55,25
Хлеб пшеничный	25	1,97	0,25	13,28	56,74
Фрукт яблоко	150	0,66	0,38	9,84	88,80
Полдник					
Слойка с яблоком	110	7,5	7,79	62,51	295,63
Кисломолочный напиток	200	5,8	5,0	9,6	108,0
Стоимость дня					

Зав. Столовой _____ 

Мед. Работник _____



МЕНЮ

« 3 » марта 2022г.

5-11 класс 1 комплекс

5 ень

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Винегрет овощной	100	1,2	4,0	11,9	88,0
Плов из мяса	280	12,5	13,7	36,5	319,3
Компотик теплый из сежих	200	0,5	0,2	23,1	96,2
0,00	0	1,8	1,5	4,5	38,7
Хлеб пшеничный	35	0,8	0,2	6,1	29,2
Хлеб ржаной	35	0,7	0,1	9,4	41,3
Итого					

Зав. Столовой _____ 

Мед. Работник _____





МЕНЮ

« 3 » марта 2022 г.

5-11 класс 2 комплекс

8 день

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Облегченный обед 2 комплекс					
Салат из отварной моркови с	50	1,19	5,51	6,33	72,47
Гуляш из мяса	50/40	8,19	6,75	3,06	85,75
Макароны отварные	180	4,86	6,93	37,14	203,55
Напиток из клюквы	200	0,16	0,04	5,2	50,3
Хлеб "Николаевский"	20	1,12	0,22	11,28	55,25
Хлеб пшеничный	20	1,97	0,25	13,28	56,74
Фрукт Яблоко	170	0,66	0,38	9,84	88,80
Стоимость дня					

Зав. Столовой _____ *Е. В. Загвязинская*

Мед. Работник _____