



Согласованно
Директор ГАОУ ТО
Гимназия Российской культуры
_____ Загвязинская Э.В.

МЕНЮ

« 5 » марта 2022г.

5-11 класс 1 комплекс

8 день

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Овощи соленые	60	0,9	0,1	3,0	16,3
Фрикасе из птицы	100	14,1	14,4	0,6	188,4
Рис припущенный с овощами "Мозаика"	150	2,7	5,8	31,6	189,4
Компотик теплый из сежих плодов	200	0,5	0,2	23,1	96,2
Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,0	0,3	8,1	38,9
Хлеб ржаной	25	0,7	0,1	9,4	41,3
Итого					

Зав. Столовой _____

Мед. Работник _____





Согласованно
 Директор ГАОУ ТО
 Гимназия Российской культуры
 _____ Загвязинская Э.В.

МЕНЮ

« 5 » марта 2022 г.

5-11 класс 2 комплекс

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Обед					
Салат из отварной моркови с изюмом	50	0,7	0,1	9,6	41,8
Рыба запеченная в омлете	90	18,63	24,73	10,5	275,61
Пюре картофельное	150	3,3	4,4	35,5	147
Компот из брусники	200	0,14	0,1	13,62	57,08
Хлеб ржаной	25	1,12	0,22	11,58	55,25
Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,97	0,25	13,28	56,74
Итого					

Зав. Столовой _____ 

Мед. Работник _____