



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



МЕНЮ

« 9 » марта 2022г.

1-4 класс 1 комплекс

15 день

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Салат из свежих помидоров	50	0,8	4,1	2,8	51,1
Фрикадельки из кур	80	9,9	10,4	6,3	158,4
Рис припущенный	150	3,7	3,6	29,7	166,0
Чай "Витаминный"	200	0,7	0,1	19,8	82,9
Хлеб пшеничный	25	0,8	0,2	6,1	29,2
Итого					

Зав. Столовой _____ 

Мед. Работник _____





Согласованно
Директор ГАОУ ТО
"Гимназия российской культуры"
Э.В. Загвязинская

« 9 » марта 2022г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Горячий завтрак 2 комплекс					
Бутерброд с маслом и повидлом	25/10/20	1,76	3,91	25,01	139,65
Каша молочная из манной крупы	200/6	6,1	6,88	28,47	255
Какао с молоком	200	3,4	3,2	21,2	127,2
Фрукт груша	150	0,66	0,38	9,84	85,00
Хлеб ржаной	25	1,34	0,26	13,9	66,3
Стоимость					

Зав. Столовой _____

Мед. Работник _____



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



МЕНЮ

« 9 » марта 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Обед					
Салат из свежих овощей	60	0,58	3,08	1,91	38,17
Суп гороховый с гренками и мясом	250/8/10	4,94	5,6	15,3	180,00
Шницель мясной с соусом сметанно-	80/30	11,32	8,83	17,09	220,00
Сложный гарнир картофельное пюре	150	5,82	4,49	37,08	112,15
Компот из брусники	200	0,14	0,1	15,61	65,06
Хлеб ржаной	20	1,12	0,22	11,58	95,00
Хлеб пшеничный	20	1,97	0,25	13,28	56,74
Фрукт (Мандарин)	80	2,80	2,50	11,30	78,90
Полдник					
Слойка с сыром	65	14,81	20,50	5,58	180,34
Кисель из свежих ягод	200	0,20	0,08	18,43	76,63
Фрукт (яблоко)	95	0,66	0,38	9,84	85,00
Итого					

Зав. Столовой _____

Мед. Работник _____



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

МЕНЮ

« 9 » марта 2022г.

5-11 класс 1 комплекс

15 день

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Салат из свежих помидоров	100	0,8	4,1	2,8	51,1
Фрикадельки из кур	90	9,9	10,4	6,3	158,4
Рис припущенный	150	3,7	3,6	29,7	166,0
Чай "Витаминный"	200	0,7	0,1	19,8	82,9
Фрукт	100	0,4	0,0	14,4	59,2
Хлеб пшеничный	25	0,8	0,2	6,1	29,2
Итого					

Зав. Столовой _____

Мед. Работник _____





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



МЕНЮ

« 9 » марта 2022 г.

5-1 класс 2 комплекс

18 день

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Обед					
Салат из свежих овощей	70	0,58	3,08	1,91	38,17
Шницель мясной с соусом сметанно-томатным	90/30	11,32	8,83	17,09	220,00
Сложный гарнир картофельное пюре ,капуста	180	5,82	4,49	37,08	112,15
Компот из брусники	200	0,14	0,1	15,61	65,06
Хлеб ржаной	30	1,12	0,22	11,58	95,00
Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,97	0,25	13,28	56,74
Фрукт (Мандарин)	80	2,80	2,50	11,30	78,90
Итого					

Зав. Столовой _____

Мед. Работник _____