



Согласовано
 Директор ГАОУ ТО
 Гимназия «Российской культуры»
 Загвязинская Э.В.

МЕНЮ

« 15 » марта 2022г.

1-4 класс 1 комплекс

13 день

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Бутерброд с джемом	20/10	0,7	0,1	1,3	8,5
Рыба запеченная со сметаной и сыром	70	19,0	12,9	3,8	207,3
Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147,0
Компотик теплый из сезих плодов	200	0,5	0,2	23,1	96,2
Хлеб пшеничный	15	1,5	0,4	12,2	58,4
Хлеб "Николаевски"	15	0,7	0,1	9,4	41,3
Итого					

Зав. Столовой _____

Мед. Работник _____





УТВЕРЖДАЮ

Директор ГАОУ ТО

"Гимназия российской культуры"

Э.В. Загвязинская Э.В. Загвязинская

15 » марта 2021г.

1-4 класс 2 комплекс

4 день

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Горячий завтрак 2 комплекс					
Горячий бутерброд с сыром	25/10	4,53	6,62	13,39	131,62
Каша молочная пшеничная	200/10	5,9	6,5	23,75	259,8
Чай с сахаром	200	1,55	1,28	14,41	75,64
Хлеб ржаной	20	1,34	0,26	0,26	13,90
Фрукт апельсин	180	0,60	0,00	21,60	88,80
Стоимость					

Зав. Столовой _____

Мед. Работник _____



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГАОУ ТО

"Гимназия российской культуры"

Э.В. Загвязинская Э.В. Загвязинская

МЕНЮ

« 15 » марта 2022 г.

1-4 класс обед

4 день

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Обед					
Яйцо отварное	40	1,28	4,11	7,68	72,75
Суп картофельный с крупой	250/15/10	6,2	8,8	18,2	133,1
Бефстроганов из говядины	40/60	11,8	11,2	3,38	193,6
Макароны отварные	150	4,86	6,93	37,1	203,6
Компот из ягодной смеси	200	0,1	0	11,7	47,9
Хлеб ржаной	20	1,12	0,22	11,58	55,25
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,97	0,25	13,28	56,74
Фрукт (мандарин)	90	1,75	1,4	4,3	36,50
Полдник					
Слойка с сахаром	55	11,2	9,43	52,4	264,1
Напиток из свежих ягод	200	3,57	5,25	15,7	149,5
Йогурт 125 гр в ассортименте	125	1,8	1,5	4,5	38,7
Стоимость дня					

Зав. Столовой _____

Мед. Работник _____



Согласованно
И/о дирктора ГАОУ ТО
Гимназия Российской культуры
Смирнова Л.М.



МЕНЮ

« 15 » марта 2022г.

5-11 класс 1 комплекс

13 день

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Бутерброд с джемом	25/25	0,7	0,1	1,3	8,5
Рыба запеченная со сметаной и сыром	90	19,0	12,9	3,8	207,3
Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147,0
Компотик теплый из сезих плодов	200	0,5	0,2	23,1	96,2
Хлеб пшеничный	25	1,5	0,4	12,2	58,4
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
И.О. директора ГАОУ ТО
"Гимназия российской культуры"
Смирнова Л.М.

МЕНЮ

« 15 » марта 2022 г.

5-11 класс 2 комплекс

4 день

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Облегченный обед 2 комплекс					
Яйцо отварное	40	1,28	4,11	7,68	72,75
Бефстроганов из говядины	50/50	11,8	11,2	3,38	193,6
Макароны отварные	150	4,86	6,93	37,1	203,6
Компот из ягодной смеси	200	0,1	0	11,7	47,9
Хлеб "Николаевский"	25	1,12	0,22	11,58	55,25
Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,97	0,25	13,28	56,74
Фрукт (мандарин)	80	1,75	1,4	4,3	36,50
Стоимость дня					

Зав. Столовой _____

Мед. Работник _____