



Согласованно  
И.о. директора АООУ ГО  
Гимназия Росонской культуры  
Смирнова Л.М.

# МЕНЮ

« 16 » марта 2022г.

## 1-4 класс 1 комплекс

14 день

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Салат из огурцов с маслом и зеленью	40	1,7	3,9	7,3	71,1
Бефстроганов из говядины	35/60	15,4	11,5	43,2	337,9
Макароны отварные	150	4,5	3,0	36,7	191,7
Чай с лимоном и апельсином	200/5/5	0,4	0,0	14,4	59,2
Хлеб пшеничный	25	1,0	0,3	8,1	38,9
Хлеб "Николаевски"	25	0,70	0,10	9,40	41,30
<b>Итого</b>					

Зав. Столовой \_\_\_\_\_

Мед. Работник \_\_\_\_\_





Утверждаю:

Генеральный директор  
ООО "Магия вкуса"  
М.Г. Сыскова  
2021 год

Согласовано

Директор ГАОУ ГО  
"Гимназия российской культуры"  
Д.В. Загвязинская

« 16 » 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
Запеканка из творога со сгущенным	100/20	6,1	6,88	28,47	255
Какао с молоком	200	3,4	3,2	21,2	127,2
Хлеб ржаной	25	1,34	0,26	13,9	66,3
<b>Стоимость</b>					

Зав. Столовой \_\_\_\_\_

Мед. Работник \_\_\_\_\_



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



## МЕНЮ

« 16 » марта 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
<b>Обед</b>					
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
Тефтели	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 ягод	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
<b>Полдник</b>					
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
<b>Итого</b>					

Зав. Столовой \_\_\_\_\_

Мед. Работник \_\_\_\_\_



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

# МЕНЮ

« 16 » марта 2022г.

## 5-11 класс 1 комплекс

14 день

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Салат из огурцов с маслом и зеленью	50	1,7	3,9	7,3	71,1
Бефстроганов из говядины	50/50	15,4	11,5	43,2	337,9
Макароны отварные	180	4,5	3,0	36,7	191,7
Чай с лимоном и апельсином	200/10/10	0,4	0,0	14,4	59,2
Хлеб пшеничный	25	1,0	0,3	8,1	38,9
Хлеб "николаевский"	25	0,70	0,10	9,40	41,30
<b>Итого</b>					

Зав. Столовой \_\_\_\_\_

Мед. Работник \_\_\_\_\_





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



**МЕНЮ**

« 16 » марта 2022 г.

### 5-1 класс 2 комплекс

18 день

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
<b>Обед</b>					
Салат из свежих овощей	70	0,58	3,08	1,91	38,17
Тефтели	90	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
<b>Итого</b>					

Зав. Столовой \_\_\_\_\_

Мед. Работник \_\_\_\_\_