



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

**МЕНЮ**

« 7 » апреля 2022г.

## 1-4 класс 1 комплекс

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Бутерброд с джемом	20/15	1,8	0,2	21,0	93,0
Жаркое по - домашнему	190	14,7	15,3	26,5	302,5
Какао с молоком	200	3,4	3,2	21,2	127,2
Хлеб пшеничный	15	1,0	0,3	8,1	38,9
Хлеб "Николаевский"	15	0,7	0,1	9,4	41,3
<b>Итого</b>					

Зав. Столовой \_\_\_\_\_

Мед. Работник \_\_\_\_\_





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

**МЕНЮ**

« 7 » апреля 2022г.

### 1-4 класс 2 комплекс

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
<b>Горячий завтрак 2 комплекс</b>					
Бутерброд с маслом и повидлом	15/5/15	1,76	3,91	25,01	139,65
Омлет натуральный	150	15,87	15,32	3,27	305,17
Чай с молоком и сахаром	200	1,55	1,28	14,41	75,64
Хлеб ржаной	15	0,90	0,18	9,26	44,20
Фрукт ( яблоко )	115	0,66	0,38	9,84	85,00
<b>Стоимость</b>					

Зав. Столовой \_\_\_\_\_

Мед. Работник \_\_\_\_\_



# МЕНЮ

« 7 »    апреля    2022 г.

## 1-4 класс обед

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
<b>Обед</b>					
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	45/35	8,19	6,75	3,06	85,75
Макароны отварные	150	4,86	6,93	37,14	203,55
Компот из яблок + Витамин С	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
0,00	0	0,66	0,38	9,84	88,80
<b>Полдник</b>					
Слойка с яблоком	100	7,5	7,79	62,51	295,63
Кисломолочный напиток	200	5,8	5,0	9,6	108,0
<b>Стоимость дня</b>					

Зав. Столовой \_\_\_\_\_

Мед. Работник \_\_\_\_\_



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

## МЕНЮ

« 7 » апреля 2022г.

### 5-11 класс 1 комплекс

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
Бутерброд с джемом	25/25	1,8	0,2	21,0	93,0
Жаркое по - домашнему	250	14,7	15,3	26,5	302,5
Какао с молоком	200	3,4	3,2	21,2	127,2
Хлеб пшеничный	25	1,0	0,3	8,1	38,9
Хлеб ржаной "Николаевский"	25	0,7	0,1	9,4	41,3
<b>Итого</b>					

Зав. Столовой *Стефан*

Мед. Работник \_\_\_\_\_





# МЕНЮ

« 7 » \_\_\_\_\_ апрель 2022 г.

**5-11 класс 2 комплекс**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал
<b>Облегченный обед 2 комплекс</b>					
Салат из отварной моркови с	60	1,19	5,51	6,33	72,47
Гуляш из мяса	55/40	8,19	6,75	3,06	85,75
Макаронны отварные	180	4,86	6,93	37,14	203,55
Компот из яблок + Витамин С	200	0,16	0,04	5,2	50,3
аскорбиновая кислота	0	1,12	0,22	11,28	55,25
Хлеб ржаной	35	1,97	0,25	13,28	56,74
Хлеб пшеничный	35	0,66	0,38	9,84	88,80
<b>Стоимость дня</b>					

Зав. Столовой \_\_\_\_\_ 

Мед. Работник \_\_\_\_\_