



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ Гимназии № 32
Белякова В.Н.

МЕНЮ (льготное питание)
На 22.01 2021г.
Дети 7-10 лет

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическ ая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
ПОРЦ005	Огурцы свежие порционные	30	0,23	0,03	0,71	4
МЯС0260	Гуляш из отварной говядины с соусом	50/50	13,36	14,08	3,27	164
ГАР0309	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,66	0,67	31,92	156
НАП0377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,23	0,04	14,31	59
ПОРЦ004	Хлеб пшеничный	40	3,40	0,64	14,80	79
ПЛОД338	Фрукты свежие	100	0,4		12,6	52
Всего в завтрак			23,28	15,46	77,61	514
Обед						
САЛ0071	Помидоры свежие порционные	60	0,66	0,12	2,28	13
ЩИ00088	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	250	2,36	7,14	9,18	110
КУР0234	Котлеты рубленые из птицы	90	9,3	11,27	9,89	227
КАШ0171	Каша рассыпчатая рисовая с маслом	150/5	3,73	8,64	40,27	253
НАП0390	Компот фруктово -ягодный	180	0,9		30,6	126
ПОРЦ004	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,52	39
ПОРЦ004	Хлеб пшеничный	30	2,55	0,48	11,1	59
Всего в обед			21,04	27,93	110,84	827
Всего в 1 неделю пятница			44,32	43,39	188,45	1341

Зав производством

Савенков М.К.

