

УТВЕРЖДАЮ

ООО "Мармит"

Исполнительный директор

/ Петрова М.А.

СОГЛАСОВАНО

МБОУ гимназия №12

Директор

/Шиндер Т.С./

МЕНЮ

1 неделя вторник

16 февраля 2021 г.

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (1-4 классы)					
Омлет натуральный запеченный с колбасой	160	243	16,13	18,68	3,3
Зеленый горошек консервированный	30	12	0,93	0,06	1,95
Какао на молоке	200	151	5,71	4,8	20,82
Булочка (с добавлением витаминно-минеральной смеси) в/с	40	121	2,86	3,52	19,58
Хлеб пшеничный	20	47	1,58	0,2	9,66
фрукты свежие (яблоки)	100	47	0,4	0,4	9,8
Итого:		621	27,61	27,66	65,11
Стоимость рациона питания составляет 56 рубля 64 копейки					

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (5-11 классы)					
Омлет натуральный	160	231	15,58	17,56	2,78
Икра кабачковая консервированная	60	66	1,13	4,75	5,66
Какао с молоком	200	122	3,54	3,43	19,58
Хлеб пшеничный	20	47	1,58	0,2	9,66
Итого:		466	21,83	25,94	37,68
Стоимость рациона питания составляет 50 рубля 00 копейки					

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Обед					
Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	128	2,43	5,79	16,48
Котлеты рубленные куриные с маслом сливочным	75/5	167	14,3	7,86	9,73
Макаронные изделия отварные	100	114	3,46	2,78	18,82
Салат из свеклы	30	26	0,41	1,61	2,36
Хлеб пшеничный	80	171	5,65	0,69	35,56
Компот из смеси сухофруктов + витамин С	200	73	0	0	18,16
Итого:		679	26,25	18,73	101,11
Стоимость рациона питания составляет 70 рубля 00 копейки					