

ООО "Мармит"

Исполнительный директор



Петрова М.А.

МБОУ гимназия №12

Директор

СОГЛАСОВАНО

/Шиндер Т.С./

МЕНЮ

2 неделя четверг

11 февраля 2021 г.



Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (1-4 классы)					
Огурец свежий	30	7	0,1	0,03	1,1
Тефтели куриные	90	213	12,27	12,81	11,97
Каша гречневая рассыпчатая	150	213	8,69	2,28	39,4
Кофейный напиток с молоком	200	108	3,9	3	17,28
Мармелад	15	48	0,02	0	11,91
Хлеб пшеничный	40	88	3,04	0,36	18,48
Итого:		677	28,02	18,48	100,14
Стоимость рациона питания составляет 56 рублей 64 копейки					

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (5-11 классы)					
Капуста тушеная	40	31	0,87	1,45	4,27
Тефтели куриные	90	213	12,27	12,81	11,97
Каша гречневая рассыпчатая	150	213	8,69	2,28	39,4
Кофейный напиток с молоком	200	108	3,9	3	17,28
Хлеб пшеничный	40	88	3,04	0,36	18,48
Итого:		653	28,77	19,9	91,4
Стоимость рациона питания составляет 50 рублей 00 копейки					

Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
Обед					
Суп картофельный с крупой пшенной	250	95	2,21	2,62	15,64
Жаркое по-домашнему из говядины	50/125	271	15,93	15,88	16,08
Салат из свеклы	30	26	0,41	1,61	2,36
Хлеб пшеничный	80	171	5,65	0,69	35,56
Компот из свежих плодов (яблоки) + витамин С	200	103	0,15	0,14	25,36
Итого:		666	24,35	20,94	95
Стоимость рациона питания составляет 70 рублей 00 копеек					