Утверждаю
Директор МБОУ гимназии № 7
Бугульминского муниципального района РТ
_____А.И.Асадуллина

МЕНЮ

на 20.03.2023 г.

Завтрак на 8 рублей 80 копеек

№	Наименование	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угл.	Ккал
1.	Печенье	30	2,22	2,82	21,9	122,1
2.	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	22,01	92,90

Горячий завтрак на 64 рубль 19 копеек

№	Наименование	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угл.	Ккал
1.	Печенье	50	3,7	4,70	2,65	92,9
2.	Яблоки					
3.	Котлеты домашние из говядины	90	10,15	13,79	8,10	199,57
4.	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5	5,12	4,53	31,99	189,3
5.	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8
6.	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,6

Горячий завтрак на 64 рублей 19 копеек

№	Наименование	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угл.	Ккал
2.	Котлеты домашние из говядины	100	11,28	16,71	9,00	221,74
3.	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/5	6,83	4,43	38,37	220,56
4.	Компот из сухофруктов	200	0,34	0,17	22,84	106,4
5.	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
6.	Хлеб серый	35	2,31	0,42	13,86	69,3

Обеды на 40 рублей

№	Наименование	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угл.	Ккал
1.	Суп лапша с картофелем с мясом птицы	250/10	5,37	6,59	11,18	133,57
2.	Омлет натуральный	150	5,86	13,84	30,91	272,05
3.	Компот из сухофруктов	200	0,16	0,16	27,88	114,6
4.	Хлеб ржаной/пшеничный	20/20	5,37	6,59	11,18	133,57

Зав производством _____Кислинская Э.Р.
Медсестра _____Баландина Н.А.