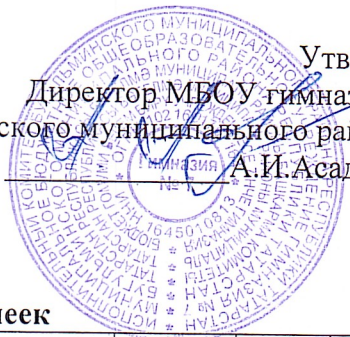


Утверждаю
 Директор МБОУ гимназии № 7
 Бугульминского муниципального района РТ
 А.И. Асадуллина



МЕНЮ
 На 22.03.2023 г.

Завтрак на 8 рублей 80 копеек

№	Наименование	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угл.	Ккал
1.	Булочка сдобная	50	3,64	6,26	22	159
2.	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10	40

Горячий завтрак на 64 рублей 19 копеек

№	Наименование	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угл.	Ккал
1.	Салат из свеклы с яблоком	60	0,65	4,18	6,72	62,34
2.	Куриные бедра запеченные томатном соусе	90/20	12,00	10,04	1,60	195,1
3.	Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	150/5	3,7	9,0	36,74	212,7
4.	Чай с мармеладом	185/13,5	0,07	0,02	10	40
5.	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
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
1.	Салат из свеклы с яблоком	100	1,29	6,08	11,21	103,9
2.	Куриные бедра запеченные томатном соусе	90/20	12	10,04	13,76	195,1
3.	Рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	180	5,45	11,45	44,12	262,64
4.	Чай с мармеладом	185/13,5	0,07	0,02	10	40
5.	Хлеб сельский	40	2,64	0,48	15,84	79,20

Обеды на 40 рублей

№	Наименование	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угл.	Ккал
1.	Рассольник Ленинградский с куриными фрикадельками, со сметаной	250/11/7	8,48	7,03	16,65	177,7
2.	Блины со сгущенным молоком	90/20	7,98	5,94	44,47	263,35
3.	Чай с сахаром	190/10	0,07	0,02	10	40
4.	Хлеб сельский/белый	20/20	5,37	6,59	11,18	133,57

Зав производством Кисля Кислинская Э.Р.
 Медсестра А Баландина Н.А.