

Утверждаю  
Директор МБОУ гимназии № 7  
Бугульминского муниципального района РТ

А.И.Асадуллина

**МЕНЮ**  
На 23.03.2023 г.

**Завтрак на 8 рублей 80 копеек**

№	Наименование	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угл.	Ккал
1.	Пряник	30	3,60	1,77	22,5	109,8
2.	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	22,88	104,6

**Горячий завтрак на 64 рубль 19 копеек**

№	Наименование	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угл.	Ккал
1	Рыба тушеная в томате с овощами	50/50	9,15	5,62	7,8	105
2	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5	3,10	8,43	20,51	170,25
3	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	22,88	104,60
4	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
5	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	7,92	39,6

**Горячий завтрак на 64 рубль 19 копеек**

№	Наименование	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угл.	Ккал
1	Рыба тушеная в томате с овощами	50/50	9,15	5,62	7,8	105
2	Пюре картофельное с маслом сливочным	180/3	3,71	7,95	24,57	184,5
3	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	22,88	104,6
4	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
5	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	9,9	49,5

**Обеды на 40 рублей**

№	Наименование	Выход (гр)	Белки	Жиры	Угл.	Ккал
1.	Суп крестьянский с крупой, с мясными фрикадельками, со сметаной	250/11/7	6,075	8,328	11,673	155,05
2.	Бутерброд с сыром	50	6,27	7,86	14,83	155
3.	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	200/5	8,02	14,82	36,23	311,41
4.	Чай с сахаром с яблоком	180/10/10	0,10	0,06	14,24	57,72
5.	Хлеб сельский	20	1,32	0,24	7,92	39,6

Зав производством \_\_\_\_\_ Кислинская Э.Р.  
Медсестра \_\_\_\_\_ Баландина Н.А.