



«Утверждаю»

Директор гимназии:

Фахрутдинов Р.Ф./

МЕНЮ

На 8 октября 2025 г.

1-4 классы

Наименование блюд	Выход, г	Калорийность, ккал
Сыр порционно	10	34,33
Гуляш из говядины	50/50	221,0
Каша гречневая рассыпчатая	150	214,0
Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5	41,32
Хлеб ржаной	50	99,0
Итого:	510	609,65

5-11 классы

Наименование блюд	Выход, г	Калорийность, ккал
Сыр порционно	10	34,33
Гуляш из говядины	50/50	221,0
Каша гречневая рассыпчатая	180	256,8
Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5	41,32
Хлеб пшеничный	20	47,0
Хлеб ржаной	40	79,2
Итого:	550	679,65

10,3 руд

Наименование блюд	Выход, г	Калорийность, ккал
Пряник	35	128,1
Чай с сахаром	190/10	40,0
Итого:	235	168,1

ГПД

Наименование блюд	Выход, г	Калорийность, ккал
Щи из свежей капусты с картофелем с мясными фрикадельками, со сметаной	250/10/5	117,46
Компот из урюка	200	116,4
Хлеб ржаной	30	59,4
Итого:	490	293,26

Повар:  /Сиразова Г.А./

ЗДВР:  /Нуруллаева Р.Я./