



«Утверждаю»

Директор гимназии:

/Фахрутдинов Р.Ф./

## МЕНЮ

На 12 сентября 2025 г.

### 1-4 классы

| Наименование блюд                   | Выход, г   | Калорийность, ккал |
|-------------------------------------|------------|--------------------|
| Свекла отварная дольками            | 60         | 28,8               |
| Птица запеченная                    | 100        | 192,0              |
| Пюре картофельное с маслом сливочн. | 150/3      | 150,45             |
| Компот из сухофруктов               | 200        | 92,8               |
| Хлеб пшеничный                      | 30         | 70,5               |
| Хлеб ржаной                         | 40         | 79,2               |
| <b>Итого:</b>                       | <b>583</b> | <b>613,75</b>      |

### 5-11 классы

| Наименование блюд                   | Выход, г   | Калорийность, ккал |
|-------------------------------------|------------|--------------------|
| Свекла отварная дольками            | 60         | 28,8               |
| Птица запеченная                    | 100        | 192                |
| Пюре картофельное с маслом сливочн. | 150/3      | 150,45             |
| Компот из сухофруктов               | 200        | 92,8               |
| Хлеб ржаной                         | 40         | 79,2               |
| <b>Итого:</b>                       | <b>553</b> | <b>543,25</b>      |

### 10,3 руб.

| Наименование блюд      | Выход, г   | Калорийность, ккал |
|------------------------|------------|--------------------|
| Сушки                  | 30         | 101,7              |
| Компот из свежих яблок | 200        | 114,6              |
| <b>Итого:</b>          | <b>230</b> | <b>216,3</b>       |

### ГПД

| Наименование блюд                                                       | Выход, г   | Калорийность, ккал |
|-------------------------------------------------------------------------|------------|--------------------|
| Суп крестьянский с крупой (пшено) с куриными фрикадельками, со сметаной | 250/10/5   | 104,95             |
| Чай с мармеладом                                                        | 190/10     | 48,15              |
| Хлеб ржаной                                                             | 30         | 59,4               |
| <b>Итого:</b>                                                           | <b>495</b> | <b>212,5</b>       |

Повар: Сиразова Г.А.  
ЗДВР: Нуруллаева Р.Я.