



«Утверждаю»
Директор гимназии:
 /Факхрутдинов Р.Ф./

МЕНЮ
На 30 сентября 2025 г.

1-4 классы

Наименование блюд	Выход, г	Калорийность, ккал
Салат из отварной свеклы	60	55,68
Рыба, тушеная в томате с овощами	50/50	105,0
Пюре картофельное с маслом сливочн.	150/3	150,45
Компот из свежих яблок	200	74,6
Хлеб пшеничный	35	82,25
Итого:	548	467,98

5-11 классы

Наименование блюд	Выход, г	Калорийность, ккал
Рыба, тушеная в томате с овощами	50/50	105,0
Пюре картофельное с маслом сливочн.	180/5	197,7
Компот из свежих яблок	200	74,6
Хлеб пшеничный	30	70,5
Хлеб ржаной	40	79,2
Итого:	555	527,0

10,3 руб.

Наименование блюд	Выход, г	Калорийность, ккал
Печенье	20	63,6
Чай витаминный с шиповником	185/10/5	54,2
Итого:	220	117,8

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 сухофруктов	200	22,03
Хлеб ржаной	30	59,4
Итого:	495	269,76

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