


Утверждаю:  
 Директор МАОУ «Красногорская гимназия»  
 О.В.Перминова



**Меню для обучающихся на 09.12.2024г**

№	Наименование блюд	Масса г.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	<b>Обед</b>					
47	Суп картофельный с бобовыми	250	6	5,5	22,5	167
200	Плов из мяса курицы	210	21,45	19,53	35,7	426,3
685	Чай с сахаром	200	0	0	15	67
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,16	9,9	47,2
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	17,56	84,76
	<b>Полдник</b>					
3	Бутерброд с сыром	50	2,37	3,44	5,78	69,54
685	Чай с сахаром	200	0	0	15	67
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,16	9,9	47,2