

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



Меню для обучающихся на 12.12.2024г

№	Наименование блюд	Масса г.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	<b>Обед</b>					
46	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,75	2,5	21	120
511	Рис отварной	180	4,45	5,09	49,18	250,18
83	Рыба припущенная в молоке	100	21,8	15	3,8	262,6
141	Соус томатный	30	0,78	2,88	2,82	40,32
685	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,1	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>					
128	Каша пшеничная молочная	180	6,3	8,28	30,06	216
685	Чай с сахаром	200	0	0	15	67
	Хлеб пшеничный	30	2	0	15	71