

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



Меню для обучающихся на 14.01.2025г

№	Наименование блюд	Масса г.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Обед					
39	Борщ с капустой и картофелем	250	2,75	7,0	14,0	131
120	Гороховое пюре	180	18,9	7,65	36,72	291,33
7	Тефтели мясные	100	4,92	13,9	5,48	166,56
153	Компот	200	1,2	0	62,8	256
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,16	9,9	47,2
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	17,56	84,76
	Полдник					
112	Омлет натуральный	150	10,0	16,7	1,9	199,0
685	Чай с сахаром	200	0	0	15	67
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,16	9,9	47,2