

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



Меню для обучающихся на 15.01.2025г

№	Наименование блюд	Масса г.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Обед					
45	Суп овощной	250	24,63	19,63	17,28	345
	Рис отварной	180	4,45	5,09	49,18	250,18
181	Биточки мясные	100	17,5	24,9	9,0	331
141	Соус томатный	30	0,78	2,88	2,82	40,32
146	Чай с лимоном	200	0,3	0	15,2	60
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,16	9,9	47,2
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	17,56	84,76
	Полдник					
698	Йогурт питьевой	180	5,04	4,86	18,36	146,16
	Батон	40	0	0	0	0