

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



Меню для обучающихся на 20.01.2025г

| № | Наименование блюда | Масса г. | Белки | Жиры | Углевод ы | Энергетическая ценность |
|-----|-----------------------------|-------------|-------|-------|--------------|----------------------------|
| | Обед | | | | | |
| 47 | Суп картофельный с бобовыми | 250 | 6,2 | 5,6 | 22,3 | 164,4 |
| 200 | Плов из мяса курицы | 210 | 21,42 | 19,53 | 35,7 | 426,3 |
| 685 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15,01 | 67 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,54 | 0,16 | 9,9 | 47,2 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,64 | 0,44 | 17,56 | 84,76 |
| | Полдник | | | | | |
| 119 | Каша «Дружба» | 180 | 5,94 | 7,74 | 35,64 | 235,98 |
| 685 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15,01 | 67 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,54 | 0,16 | 9,9 | 47,2 |