

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



Меню для обучающихся на 24.01.2025г

№	Наименование блюд	Масса г.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
	Обед					
39	Борщ со сметаной	250	2,75	7,0	14,0	131
106	Каша пшенная вязкая	180	5,85	5,82	29,34	190,8
181	Шницель	100	17,5	24,9	9,0	331
141	Соус томатный	30	0,78	2,88	2,82	40,32
153	Компот	200	1,2	0	65,2	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					
275	Оладьи с повидлом	130	11,76	10,5	71,7	428,73
685	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,1	67