

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



**Меню для обучающихся на 10.04.2025г**

| №   | Наименование блюд           | Масса г. | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность |
|-----|-----------------------------|----------|-------|------|----------|-------------------------|
|     | <b>Обед</b>                 |          |       |      |          |                         |
| 45  | Суп с мясными фрикадельками | 250      | 2     | 2,4  | 14,75    | 90                      |
| 92  | Картофельное пюре           | 180      | 3,78  | 8,1  | 26,28    | 193,14                  |
| 88  | Котлета рыбная «Нептун»     | 100      | 12,8  | 13,6 | 9,9      | 206,9                   |
| 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>              |          |       |      |          |                         |
| 127 | Каша пшенная молочная       | 180      | 6,3   | 8,28 | 30,06    | 216                     |
| 685 | Чай с сахаром               | 200      | 0,2   | 0    | 15,1     | 67                      |
|     | Хлеб пшеничный              | 20       | 1,54  | 0,16 | 9,9      | 47,2                    |