

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



Меню для обучающихся на 21.05.2025г

№	Наименование блюда	Масса г.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность
	Обед					
45	Суп из овощей	250	24,63	19,63	17,28	345
511	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	62
	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