



Утверждаю:

Директор МАОУ «Красногорская гимназия»

Перминова О.В.Перминова

Меню для обучающихся на 22.05.2025г.

№	Наименование блюد	Масса г.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность
	Обед					
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
	Полдник					
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