


Утверждаю:  
директор гимназии-интернат  
 Садыкова Э.И.

**Меню на 20 января 2023 года  
для обучающихся гимназии-интернат с 1 класса по 4 класс, ММС**

№ рец	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества в гр.			Энергети- ческая ценность
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>						
401	Бутерброд с маслом	35	0,06	5,8	0,1	52,88
131	Плов из мяса птицы	250	15,21	16,6	37,3	359,28
282	Напиток витаминизированный «Витошка»	200			9,7	39
39	Яблоко	215	0,8	0,5	12,3	59
420	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	4,0	0,50	27,5	130
<b>для обучающихся гимназии-интерната ОВЗ</b>						
<b>Обед</b>						
2	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,38	3,08	7,01	62,12
54	Рассольник ленинградский	250/35	2,09	5,01	13,9	109,77
445	Котлеты из мяса птицы с томатным соусом	75/40	10,0	8,00	8,34	179,00
138	Картофельное пюре	115	3,95	6,09	26,5	177,19
283	Чай с сахаром	200			10,0	40,00
420	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3	0,5	27,5	130
720	Вафли	50	20,0	21,0	83,7	603

ст. повар:  Бикмухаметова Р.Р.  
повар:  Шамсутдинова Ф.Н.

Утверждаю:  
директор гимназии-интернат

Садыкова Э. Садыкова Э.

**Меню на 20 января 2023 года  
для обучающихся гимназии-интернат с 5 класса по 11 класс  
проживающие в с.Исянгулово**

№ рец	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества в гр.			Энергети ческая ценность
			Б	Ж	У	
<b>II Завтрак</b>						
283	Чай с сахаром	200			10	40,00
745	Печенье	30	21	0,2	2,5	96
<b>Обед</b>						
54	Рассольник ленинградский	250	2,09	5,01	13,9	109,77
445	Котлеты из мяса птицы с томатным соусом	60/40	10,0	8,00	8,34	179,00
138	Картофельное пюре	115	3,95	6,09	26,5	177,19
283	Чай с сахаром	200			10,0	40,00
420	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3	0,5	27,5	130
39	Яблоко	150	0,60	0,06	14,7	70,50
<b>для проживающих гимназии-интерната</b>						
<b>Завтрак</b>						
297	Каша пшеничная молочная	230	9,67	7,1	40,0	254
283	Чай с сахаром	200			10,0	40,00
420	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3	0,5	27,5	130
<b>II Завтрак</b>						
283	Чай с сахаром	200			10	40,00
745	Печенье	30	21	0,2	2,5	96
<b>Обед</b>						
54	Рассольник ленинградский	250	2,09	5,01	13,9	109,77
445	Котлеты из мяса птицы с томатным соусом	60/40	10,0	8,00	8,34	179,00
138	Картофельное пюре	115	3,95	6,09	26,5	177,19
283	Чай с сахаром	200			10,0	40,00
420	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3	0,5	27,5	130
39	Яблоко	150	0,60	0,06	14,7	70,50
<b>Итого</b>						<b>1266,46</b>

ст. повар: Т Бикмухаметова Р.Р.  
повар: Ш Шамсутдинова Ф.Н.