

Утверждаю  
Директор МКОУ «Гимназия №1»  
О.В. Акулова



**Меню завтрака и обеда  
для обучающихся 5-11 классов**

**День четвертый**

№	Наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Завтрак</b>			
1	Каша жидкая молочная из кукурузной крупы	200/6,2	193
2	Хлеб пшеничный	30	64,33
3	Масло сливочное	10	66
4	Фрукты свежие по сезону (яблоко)	200	94
5	Какао с молоком	200	118,60
	<b>Итого:</b>	<b>640</b>	<b>535,93</b>
<b>Обед</b>			
1	Икра свекольная	100	122,22
2	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10	157,04
3	Плов из мяса птицы-бройлера	250	407,35
4	Хлеб целебный йодообогащённый	20	42,80
5	Хлеб ржаной	30	77,70
6	Кисель плодоваягодный (С-витаминизация)	200/70	119,20
	<b>Итого:</b>	<b>860</b>	<b>926,31</b>
	<b>Итого за весь день:</b>		<b>1462,24</b>