



Утверждаю  
Директор МБОУ Гимназия № 19  
А.И. Быковский



ООО "Офсайд"  
М.М. Фирсова

## МЕНЮ

Дата. 21.03.25

| Наименование блюда              | Масса<br>порции,<br>7-11 лет, г. | Энерг.<br>Ценность,<br>7-11 лет,<br>ККАл | Масса<br>порции,<br>12-18 лет, г. | Энерг.<br>Ценность,<br>12-18 лет,<br>ККАл |
|---------------------------------|----------------------------------|------------------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------------|
| Завтрак                         |                                  |                                          |                                   |                                           |
| Котлета куриная                 | 90                               | 191,2                                    | 100                               | 212,4                                     |
| Рис отварной                    | 150                              | 214                                      | 180                               | 256,8                                     |
| Хлеб ржаной/пшеничный           | 60                               | 156                                      | 70                                | 182                                       |
| Чай с сахаром с вит.С           | 200                              | 56                                       | 200                               | 56                                        |
| Обед                            |                                  |                                          |                                   |                                           |
| Суп вегетарианский со сметаной  | 200/5                            | 48                                       | 250/5                             | 60                                        |
| Голубцы с мясом и рисом тушеные | 200/30                           | 186                                      | 200/30                            | 186                                       |
| Компот с вит.С                  | 200                              | 110                                      | 200                               | 110                                       |
| Хлеб пшеничный                  | 45                               | 117                                      | 55                                | 143                                       |
| Хлеб ржаной                     | 40                               | 104                                      | 60                                | 136,5                                     |

Зав. Производством И.О. Лещенкина

\*-для учащихся группы ОВЗ, ГПД , питающихся за родительскую плату в обед увеличить норму хлеба пшеничного до 70гр, хлеба ржаного до 60гр. на порцию