

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
бесплатного горячего питания (завтрак)
для обучающихся 1-4-х классов и обучающихся 5-11 классов из льготной категории детей
ГБОУ «Гимназия с углубленным изучением английского языка № 11 г.о. Донецк»

Дата – 18.04.2025

Возрастная категория: 7–11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Плов из курицы	210	18,2	23,2	32,2	417
	Зеленый горошек	60	1,24	0,08	2,6	16
	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	13,9	58,7
	Печенье	40	3	3,9	29,76	166,8
	Хлеб	53	7,9	1	48,3	246
Итого за завтрак		563	30,5	28,34	126,76	904,5

Возрастная категория: 12–18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Плов из курицы	230	22,8	29	40,2	521
	Зеленый горошек	60	1,24	0,08	2,6	16
	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	13,9	58,7
	Печенье	40	3	3,9	29,76	166,8
	Хлеб	60	7,9	1	48,3	246
Итого за завтрак		590	35,1	34,14	134,76	1008,5