

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 – 31.01.2025

Возрастная категория: 7–11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Плов из курицы	200	18,2	23,2	32,2	417
	Зеленый горошек консервированный	40	1,24	0,08	2,6	16
	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	13,9	58,7
	Печенье	43	3	3,92	29,76	166,8
	Хлеб	50	7,9	1,0	48,3	246
Итого за завтрак		540	30,5	28,36	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	250	22,8	29	40,2	521
	Зеленый горошек консервированный	60	1,24	0,08	2,6	16
	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	13,9	58,7
	Хлеб	50	7,9	1,0	48,3	246
Итого за завтрак		560	32,1	30,24	105	841,7