УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Гимназия №2»
И.С. Войтко

30.11.2023

Школы (Младшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Горячий завтрак1		
1 шт	Яблоко	Калорийность-47, Углеводы-10	
90	Запеканка из творога с молочным соусом 90	Калорийность-189, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-13	
157	Каша овсяная молочная жидкая 157	Калорийность-219, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-26	
200	Чай с молоком и сахаром	Калорийность-54, Белки-2, Жиры-1	
30	Хлеб пшеничный 40	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
	Итого за Горячий завтрак1	Калорийность-587, Белки-22, Жиры-22, Углеводы-65	64-44
	Обед1		
210	Рассольник "Ленинградский" 210	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12	
90	Гуляш 90	Калорийность-226, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-4	
150	Рис припущенный 150	Калорийность-202, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-35	
200	Напиток из смеси сухофруктов 200.	Калорийность-81, Белки-1, Углеводы-20	
30	Хлеб пшеничный 40	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
20	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-8	
	Итого за Обед1	Калорийность-724, Белки-26, Жиры-26, Углеводы-95	72-54
	Итого за день	Калорийность-1 311, Белки-47, Жиры-49, Углеводы-160	136-98

Школы (Старшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Горячий завтрак2		
1 шт	Яблоко	Калорийность-47, Углеводы-10	
90	Запеканка из творога с молочным соусом 90	Калорийность-189, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-13	
189	Каша овсяная молочная жидкая 189	Калорийность-268, Белки-7, Жиры-13, Углеводы-31	
200	Чай с молоком и сахаром	Калорийность-54, Белки-2, Жиры-1	
40	Хлеб пшеничный 40	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	
	Итого за Горячий завтрак2	Калорийность-661, Белки-24, Жиры-25, Углеводы-75	73-20
	Обед2		
260	Рассольник "Ленинградский" 260	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15	
90	Гуляш 90	Калорийность-226, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-4	
200	Рис припущенный 200	Калорийность-269, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-47	
200	Напиток из смеси сухофруктов 200.	Калорийность-81, Белки-1, Углеводы-20	
40	Хлеб пшеничный 40	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	
40	Хлеб ржано-пшеничный 40	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	
	Итого за Обед2	Калорийность-882, Белки-29, Жиры-30, Углеводы-123	84-45
	Итого за день	Калорийность-1 543, Белки-53, Жиры-55, Углеводы-198	157-65

Директор _____ Абрамова Т.Ю. Технолог _____ Ахметзянова М.Р. Бухгалтер-калькулятор _____ Алексеева А.А.