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

27.11.2023

Школы (Младшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Горячий завтрак1		
40	Печенье 40	Калорийность-140, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-24	
205	Плов 205	Калорийность-363, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-40	
200	Напиток с витаминами "ВитаЛайт НК"	Калорийность-35, Углеводы-9	
30	Хлеб пшеничный 40	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	Хлеб ржано-пшеничный 30	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12	
	Итого за Горячий завтрак1	Калорийность-678, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-100	64-44
	Обед1		
60	Салат из белокочанной капусты 60	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-6	
210	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Калорийность-113, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10	
90	Тефтели куриные с соусом	Калорийность-178, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	
155	Каша гречневая вязкая 155	Калорийность-239, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-36	
200	Напиток из смеси сухофруктов 200.	Калорийность-81, Белки-1, Углеводы-20	
40	Хлеб пшеничный 40	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	
20	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-8	
	Итого за Обед1	Калорийность-842, Белки-27, Жиры-29, Углеводы-113	72-54
	Итого за день	Калорийность-1 519, Белки-50, Жиры-52, Углеводы-214	136-98

Школы (Старшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Горячий завтрак2		
60	Печенье 30	Калорийность-211, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-36	
225	Плов 225	Калорийность-399, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-43	
200	Напиток с витаминами "ВитаЛайт НК"	Калорийность-35, Углеводы-9	
50	Хлеб пшеничный 50	Калорийность-129, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	
50	Хлеб ржано-пшеничный 50	Калорийность-103, Белки-3, Углеводы-21	
	Итого за Горячий завтрак2	Калорийность-876, Белки-29, Жиры-27, Углеводы-135	73-20
	Обед2		
100	Салат из белокочанной капусты 100	Калорийность-143, Белки-3, Жиры-10, Углеводы-10	
260	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Калорийность-142, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-12	
90	Тефтели куриные с соусом	Калорийность-178, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	
187	Каша гречневая вязкая 187	Калорийность-287, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	
200	Напиток из смеси сухофруктов 200.	Калорийность-81, Белки-1, Углеводы-20	
40	Хлеб пшеничный 40	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	
30	Хлеб ржано-пшеничный 30	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12	
	Итого за Обед2	Калорийность-995, Белки-31, Жиры-36, Углеводы-131	84-45
	Итого за день	Калорийность-1 871, Белки-60, Жиры-63, Углеводы-266	157-65

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