

09.10.2026

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «Гимназия №2»

И.С. Войтко

Школы (Младшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Горячий завтрак1			
100	Тефтели рыбные с соусом	Калорийность-131, Белки-5,8, Жиры-8, Углеводы-10.2	
187	Каша гречневая вязкая 187	Калорийность-191, Белки-4,7, Жиры-7,2, Углеводы-15.7	
200	Напиток из свежих плодов (яблоки) 200	Калорийность-75, Углеводы-9,9	
30	Хлеб пшеничный для детского питания 30	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
40	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 40	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	

Итого за Горячий завтрак1

Калорийность-565, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-70.3

Обед1

210	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Калорийность-93, Белки-2,7, Жиры-6,1, Углеводы-11,58	
205	Плов 205	Калорийность-393, Белки-14,1, Жиры-17,6, Углеводы-40.9	
200	Чай с сахаром 200	Калорийность-28, Углеводы-6,9	
50	Хлеб пшеничный для детского питания 50	Калорийность-95, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-19	
40	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 40	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	

Итого за Обед1

Калорийность-700, Белки-24, Жиры-24, Углеводы-104.5

Итого за день

Калорийность-1265, Белки-40, Жиры-40, Углеводы-174.8

Школы (Старшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Горячий завтрак2			
100	Тефтели рыбные с соусом	Калорийность-131, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-10	
210	Каша гречневая вязкая 210	Калорийность-229, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-29	
200	Напиток из свежих плодов (яблоки) 200	Калорийность-75, Углеводы-19	
40	Хлеб пшеничный для детского питания 40	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	
40	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 40	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	

Итого за Горячий завтрак2

Калорийность-629, Белки-20, Жиры-18, Углеводы-98

Обед2

60	Салат картофельный с растительным маслом 60	Калорийность-76, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-11	
260	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Калорийность-111, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-14	
205	Плов 205	Калорийность-393, Белки-12, Жиры-18, Углеводы-48	
200	Чай с сахаром 200	Калорийность-28, Углеводы-7	
40	Хлеб пшеничный для детского питания 40	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	
40	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 40	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	

Итого за Обед2

Калорийность-803, Белки-22, Жиры-30, Углеводы-121

Итого за день

Калорийность-1431, Белки-42, Жиры-48, Углеводы-218

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Ахметзянова
М.Р.Бухгалтер-
калькулятор

Алексеева А.А.