

Школы (Младшие классы.)

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



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Горячий завтрак1			
	<i>Яблоко</i>	Калорийность-52, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-14	
185	<i>Каша вязкая молочная пшеничная</i>	Калорийность-259, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-34	
200	<i>Напиток с витаминами "ВитаЛайт НК"</i>	Калорийность-35, Углеводы-9	
30	<i>Хлеб пшеничный для детского питания</i>	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный для детского питания</i>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Горячий завтрак1		Калорийность-492, Белки-13, Жиры-9, Углеводы-86	
Обед1			
210	<i>Борщ с капустой и картофелем со сметаной</i>	Калорийность-93, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-12	
90	<i>Голубцы с соусом</i>	Калорийность-179, Белки-7, Жиры-13, Углеводы-9	
154	<i>Макаронные изделия отварные</i>	Калорийность-202, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
200	<i>Напиток из изюма</i>	Калорийность-84, Углеводы-20	
30	<i>Хлеб пшеничный для детского питания</i>	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный для детского питания</i>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Обед1		Калорийность-704, Белки-19, Жиры-23, Углеводы-104	
Итого за день		Калорийность-1 195, Белки-32, Жиры-32, Углеводы-189	

Школы (Старшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Горячий завтрак2			
	<i>Яблоко</i>	Калорийность-52, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-14	
210	<i>Каша вязкая молочная пшеничная</i>	Калорийность-288, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-38	
200	<i>Напиток с витаминами "ВитаЛайт НК"</i>	Калорийность-35, Углеводы-9	
30	<i>Хлеб пшеничный для детского питания</i>	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный для детского питания</i>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Горячий завтрак2		Калорийность-520, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-90	
Обед2			
260	<i>Борщ с капустой и картофелем со сметаной</i>	Калорийность-111, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-14	
90	<i>Голубцы с соусом</i>	Калорийность-179, Белки-7, Жиры-13, Углеводы-9	
185	<i>Макаронные изделия отварные</i>	Калорийность-242, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-39	
200	<i>Напиток из изюма</i>	Калорийность-84, Углеводы-20	
40	<i>Хлеб пшеничный для детского питания</i>	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный для детского питания</i>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Обед2		Калорийность-788, Белки-21, Жиры-25, Углеводы-118	
Итого за день		Калорийность-1 308, Белки-35, Жиры-38, Углеводы-208	

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Сабитова К.Ю.

Бухгалтер-каль

Кулятор Ислентьева Т.Ю.