

06.02.2026

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ «Гимназия № 3»
Мазина Г.В.



Школы (Младшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Горячий завтрак1			
154	Каша молочная "Дружба"	Калорийность-133, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-18	
90	Запеканка из творога с молочным соусом 90	Калорийность-189, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-13	
200	Кисель фруктовый 200	Калорийность-87, Углеводы-21	
40	Хлеб пшеничный для детского питания 40	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 30	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Горячий завтрак1		Калорийность-581, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-87	76-96

Обед1

200	Суп картофельный с бобовыми 200	Калорийность-150, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-26	
90	Тефтели куриные с соусом	Калорийность-178, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	
150	Картофельное пюре 150	Калорийность-152, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-31	
200	Чай с сахаром и лимоном	Калорийность-28, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный для детского питания 30	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 30	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Обед1		Калорийность-654, Белки-22, Жиры-23, Углеводы-106	86-07

Школы (Старшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Горячий завтрак2			
200/7	Каша молочная "Дружба" 200/7	Калорийность-178, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-24	
90	Запеканка из творога с молочным соусом 90	Калорийность-189, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-13	
200	Кисель фруктовый 200	Калорийность-87, Углеводы-21	
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-649, Белки-23, Жиры-18, Углеводы-98	84-47

Обед2

250	Суп картофельный с бобовыми 250	Калорийность-144, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-23	
90	Тефтели куриные с соусом	Калорийность-178, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-12	
180	Картофельное пюре 180	Калорийность-187, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-38	
200	Чай с сахаром и лимоном	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-732, Белки-25, Жиры-26, Углеводы-119	92-64

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Сабитова К.Ю.

Бухгалтер-калькулятор

Алексеева А.А.