

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «Гимназия № 3»

Мазина Г.В.

МУП КШП

22.04.2024

Школы (Младшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Горячий завтрак1

205	Плов	Калорийность-393, Белки-12, Жиры-18, Углеводы-48	
40	Печенье	Калорийность-140, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-24	
200	Напиток с витаминами "ВитаЛайт НК"	Калорийность-35, Углеводы-9	
30	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-21	
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	

Итого за Горячий завтрак1 Калорийность-714, Белки-20, Жиры-24, Углеводы-115

Обед1

210	Свекольник	Калорийность-116, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	
100	Тефтели рыбные с соусом	Калорийность-131, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-10	
150	Картофельное пюре	Калорийность-152, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-31	
200	Кисель	Калорийность-21, Углеводы-5	
40	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-28	
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	

Итого за Обед1 Калорийность-591, Белки-19, Жиры-22, Углеводы-105

Итого за день Калорийность-1306, Белки-39, Жиры-46, Углеводы-221

Школы (Старшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	---	-------------------------

Горячий завтрак2

225	Плов	Калорийность-426, Белки-13, Жиры-19, Углеводы-53	
60	Печенье	Калорийность-211, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-36	
200	Напиток с витаминами "ВитаЛайт НК"	Калорийность-35, Углеводы-9	
40	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-28	
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	

Итого за Горячий завтрак2 Калорийность-843, Белки-23, Жиры-28, Углеводы-140

Обед2

260	Свекольник	Калорийность-140, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-21	
100	Тефтели рыбные с соусом	Калорийность-131, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-10	
200	Картофельное пюре	Калорийность-208, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-42	
200	Кисель	Калорийность-21, Углеводы-5	
40	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-28	
40	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	

Итого за Обед2 Калорийность-694, Белки-22, Жиры-26, Углеводы-125

Итого за день Калорийность-1537, Белки-45, Жиры-55, Углеводы-264

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Ахметзянова М.Р.

Бухгалтер-кассир

Мелентьева Т.Ю.

