

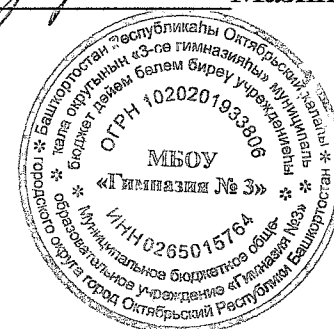
УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «Гимназия № 3»

Мазина Г.В.

МУП КШП

29.02.2024

**Школы (Младшие классы.)**

| Выход (г)                        | Наименование блюда                           | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|----------------------------------|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| <b>Горячий завтрак1</b>          |                                              |                                                                             |                         |
| 110                              | Фрикадельки "Румяные щечки" с соусом         | Калорийность-166, Белки-17, Жиры-7, Углеводы-9                              |                         |
| 154                              | Макаронные изделия отварные                  | Калорийность-202, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33                              |                         |
| 200                              | Какао с молоком                              | Калорийность-107, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13                              |                         |
| 30                               | Хлеб пшеничный для детского питания          | Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-21                                       |                         |
| 20                               | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания    | Калорийность-45, Белки-2, Углеводы-9                                        |                         |
| <b>Итого за Горячий завтрак1</b> |                                              | Калорийность-598, Белки-31, Жиры-16, Углеводы-85                            |                         |
| <b>Обед1</b>                     |                                              |                                                                             |                         |
| 210                              | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | Калорийность-93, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10                               |                         |
| 90                               | Гуляш                                        | Калорийность-226, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-4                             |                         |
| 150                              | Рис припущенный                              | Калорийность-202, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-35                              |                         |
| 207                              | Чай с сахаром и лимоном                      | Калорийность-28, Углеводы-7                                                 |                         |
| 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                                       |                         |
| <b>Итого за Обед1</b>            |                                              | Калорийность-720, Белки-28, Жиры-28, Углеводы-98                            |                         |
| <b>Итого за день</b>             |                                              | Калорийность-1318, Белки-58, Жиры-45, Углеводы-182                          |                         |

**Школы (Старшие классы.)**

| Выход (г)                        | Наименование блюда                           | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|----------------------------------|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| <b>Горячий завтрак2</b>          |                                              |                                                                             |                         |
| 110                              | Фрикадельки "Румяные щечки" с соусом         | Калорийность-166, Белки-17, Жиры-7, Углеводы-9                              |                         |
| 185                              | Макаронные изделия отварные                  | Калорийность-242, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-39                              |                         |
| 200                              | Какао с молоком                              | Калорийность-107, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-13                              |                         |
| 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                                       |                         |
| <b>Итого за Горячий завтрак2</b> |                                              | Калорийность-709, Белки-34, Жиры-17, Углеводы-107                           |                         |
| <b>Обед2</b>                     |                                              |                                                                             |                         |
| 260                              | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | Калорийность-111, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-13                              |                         |
| 90                               | Гуляш                                        | Калорийность-226, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-4                             |                         |
| 200                              | Рис припущенный                              | Калорийность-269, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-47                              |                         |
| 207                              | Чай с сахаром и лимоном                      | Калорийность-28, Углеводы-7                                                 |                         |
| 30                               | Хлеб пшеничный для детского питания          | Калорийность-129, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27                              |                         |
| 40                               | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания    | Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19                                       |                         |
| <b>Итого за Обед2</b>            |                                              | Калорийность-834, Белки-31, Жиры-31, Углеводы-115                           |                         |
| <b>Итого за день</b>             |                                              | Калорийность-1563, Белки-65, Жиры-49, Углеводы-222                          |                         |

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Ахметзянова М.Р.

Бухгалтер-нач. культ.

Мелевцева Т.Ю.