

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



МУП КИП

24.10.2024

Школы (Младшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Горячий завтрак1			
110	Фрикадельки "Румяные щечки" с соусом	Калорийность-160, Белки-17, Жиры-7, Углеводы-9	
155	Пюре гороховое	Калорийность-240, Белки-15, Жиры-5, 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-16	
20	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	Калорийность-45, Белки-2, Углеводы-9	
Итого за Горячий завтрак1		Калорийность-636, Белки-40, Жиры-17, Углеводы-80	
Обед1			
200	Уха ростовская	Калорийность-140, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-16	
90	П/Ф биточки из птицы с соусом	Калорийность-160, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-10	
154	Макаронные изделия отварные	Калорийность-202, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
200	Чай с сахаром	Калорийность-27, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Обед1		Калорийность-674, Белки-34, Жиры-16, Углеводы-95	
Итого за день		Калорийность-1 310, Белки-74, Жиры-33, Углеводы-175	

Школы (Старшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Горячий завтрак2			
110	Фрикадельки "Румяные щечки" с соусом	Калорийность-166, Белки-17, Жиры-7, Углеводы-9	
207	Пюре гороховое	Калорийность-321, Белки-20, Жиры-7, Углеводы-44	
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	
Итого за Горячий завтрак2		Калорийность-788, Белки-48, Жиры-19, Углеводы-112	
Обед2			
250	Уха ростовская	Калорийность-136, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-20	
90	П/Ф биточки из птицы с соусом	Калорийность-160, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-10	
185	Макаронные изделия отварные	Калорийность-242, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-39	
200	Чай с сахаром	Калорийность-27, Углеводы-7	
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-759, Белки-38, Жиры-18, Углеводы-123	
Итого за день		Калорийность-1 547, Белки-85, Жиры-38, Углеводы-235	

Директор  Абрамова Т.Ю. Технолог  М.Р. Инструктор-кадр  Мещерякова Т.Ю.