

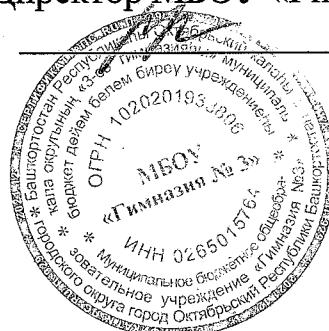
УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «Гимназия № 3»

Мазина Г.В.

10 ОКТЯБРЬСКИЙ 000

17.03.2025

Школы (Младшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Горячий завтрак1			
90	Фрикадельки "Румяные щечки" с соусом	Калорийность-131, Белки-13, Жиры-6, Углеводы-7	
180	Рис припущенный	Калорийность-242, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-42	
200	Сок для детского питания	Калорийность-100, Углеводы-22	
40	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	
40	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	
Итого за Горячий завтрак1		Калорийность-667, Белки-23, Жиры-13, Углеводы-111	
Обед1			
200	Суп картофельный с крупой	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-30	
90	Биточки из птицы с соусом	Калорийность-160, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-10	
150	Рагу из овощей	Калорийность-164, Белки-3, Жиры-10, Углеводы-21	
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-641, Белки-30, Жиры-20, Углеводы-98	
Итого за день		Калорийность-1 308, Белки-53, Жиры-33, Углеводы-209	

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	
200	Рис припущенный	Калорийность-269, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-47	
200	Сок для детского питания	Калорийность-100, Углеводы-22	
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 Горячий завтрак2		Калорийность-681, Белки-26, Жиры-15, Углеводы-107	
Обед2			
250	Суп картофельный с крупой	Калорийность-180, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-38	
90	Биточки из птицы с соусом	Калорийность-160, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-10	
180	Рагу из овощей	Калорийность-197, Белки-4, Жиры-12, Углеводы-25	
200	Чай с сахаром	Калорийность-27, Углеводы-7	
40	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	
40	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	
Итого за Обед2		Калорийность-758, Белки-33, Жиры-23, Углеводы-119	
Итого за день		Калорийность-1 439, Белки-59, Жиры-38, Углеводы-227	

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Сабитова К.Ю.

Бухгалтер-каль

Маленькова Т.Ю.