

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

КП ОКТЯБРЬСКИЙ ООО

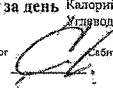
28.12.2024

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	Картофельное пюре	Калорийность-187, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-38	
200	Чай с сахаром	Калорийность-27, 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	
Итого за Горячий завтрак1		Калорийность-516, Белки-24, Жиры-17, Углеводы-93	
Обед1			
200	Суп картофельный с бобовыми	Калорийность-150, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-26	
90	Гуляш	Калорийность-226, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-4	
180	Каша перловая вязкая	Калорийность-188, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-32	
200	Кисель	Калорийность-21, Углеводы-5	
30	Печенье	Калорийность-105, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-18	
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 Обед1		Калорийность-884, Белки-34, Жиры-31, Углеводы-131	
Итого за день		Калорийность-1 400, Белки-58, Жиры-48, Углеводы-225	

Школы (Старшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Горячий завтрак2			
90	Фрикадельки "Румяные щечки" с соусом	Калорийность-131, Белки-13, Жиры-6, Углеводы-7	
200	Картофельное пюре	Калорийность-208, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-42	
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 Горячий завтрак2		Калорийность-560, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-102	
Обед2			
250	Суп картофельный с бобовыми	Калорийность-144, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-23	
90	Гуляш	Калорийность-226, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-4	
200	Каша перловая вязкая	Калорийность-209, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-36	
200	Кисель	Калорийность-21, Углеводы-5	
60	Печенье	Калорийность-211, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-36	
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-1 005, Белки-37, Жиры-37, Углеводы-150	
Итого за день		Калорийность-1 564, Белки-62, Жиры-55, Углеводы-252	

Директор  Т.Ю. Абрамова
Технолог  К.Ю. Абитова
Ведущий специалист  Т.Ю. Масленникова

