

20.10.2026

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «Гимназия №2»
М.С. Войтко**Школы (Младшие классы.)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Горячий завтрак1			
154	Каша овсяная молочная 154	Калорийность-197, Белки-8,9, Жиры-15,5, Углеводы-21.12	
	Фрукт	Калорийность-55, Белки-0,5, Жиры-0,5, Углеводы-13.7	
200	Сок для детского питания 200	Калорийность-36, Белки-2, Углеводы-6	
30	Хлеб пшеничный для детского питания 30	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 30	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Горячий завтрак1		Калорийность-433, Белки-16,3, Жиры-16,8, Углеводы-70.45	

Обед1

210	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 210	Калорийность-93, Белки-3,04, Жиры-8,8, Углеводы-8,24	
100	Тефтели рыбные с соусом	Калорийность-131, Белки-9,8, Жиры-11,04, Углеводы-9.27	
154	Макаронные изделия отварные 154	Калорийность-205, Белки-6,8, Жиры-4, Углеводы-37	
200	Напиток лимонный 200	Калорийность-82, Углеводы-20	
30	Хлеб пшеничный для детского питания 30	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 30	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Обед1		Калорийность-657, Белки-24,5, Жиры-24,6, Углеводы-104.8	
Итого за день		Калорийность-1 090, Белки-40, Жиры-40, Углеводы-175.2	

Школы (Старшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Горячий завтрак2			
185	Каша овсяная молочная 185	Калорийность-238, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-31	
	Фрукт	Калорийность-57, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	
200	Сок для детского питания 200	Калорийность-36, Белки-2, Углеводы-6	
40	Хлеб пшеничный для детского питания 40	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	
40	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 40	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	
Итого за Горячий завтрак2		Калорийность-525, Белки-16, Жиры-11, Углеводы-92	
Обед2			
260	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 260	Калорийность-111, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-13	
100	Тефтели рыбные с соусом	Калорийность-131, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-10	
185	Макаронные изделия отварные 185	Калорийность-248, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-44	
200	Напиток лимонный 200	Калорийность-82, Углеводы-20	
30	Хлеб пшеничный для детского питания 30	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 30	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Обед2		Калорийность-718, Белки-21, Жиры-20, Углеводы-117	
Итого за день		Калорийность-1 243, Белки-37, Жиры-31, Углеводы-209	

Директор

Т.Ю. Бормова

Технолог

Ахметзянова
М.Р.Бухгалтер-
калькулятор

Алексеева А.А.