

Школа

МБОУ Гимназия № 10

Отд./корп

День

1д. 2 нед.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	284	Каша овсяная вязкая молочная с маслом, сахаром	265		283	11	10	35
	гор.напиток	458	Чай с сахаром	200		41	0	0	10
	хлеб	13002/76	Пшеничный 2 сорт обогащённый/Масло сливочное (порциями)	40		151	2	9	16
					73,20				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	51	Винегрет	100		97	2	2	12
	1 блюдо	91	Рассольник ленинградский на курином бульоне	250		157	5	7	17
	2 блюдо	369	Котлета мясная из птицы	100		250	18	19	23
	гарнир	150	Картофель отварной	180		304	6	9	29
	сладкое	482	Кисель из смеси сухофруктов	200		48	0	0	12
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	13002	Ржано-пшеничный обогащённый	40		84	2	0	18
		372	Соус сметанный	20	102,90	40	1	2	4
		Директор МБОУ Гимназии № 10			Е.С. Лопина				

