

Школа

МБОУ Гимназия № 10

Отд./корп

День

2д. 2 нед.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	293	Гуляш из птицы	100		307	22	28	34
	гор.напиток	460	Чай с молоком	200		64	2	1	12
	хлеб	13002	Пшеничный 2 сорт обогащённый	20		47	2	0	10
	гарнир	384	Рис отварной	150		268	4	6	29
	закуска	145	Овощи сезонные (порциями) Помидоры	60	73,20	14	1	0	2
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	148	Икра кабачковая (промышленного производства)	100		98	1	5	7
	1 блюдо	165	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	250		168	6	8	15
	2 блюдо	74	Сосиски отварные	100		300	11	13	24
	гарнир	255	Макаронные изделия отварные	180		297	7	7	47
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	13002	Ржано-пшеничный обогащённый	40		84	2	0	18
	Напиток	171	Компот из смеси сухофруктов	200	102,90	40	0	0	10
		Директор МБОУ Гимназии № 10							



Е.С. Лопина