

Школа

МБОУ Гимназия № 10

Отд./корп

День

1д. 1 нед.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	255	Макаронные изделия отварные	130		181	5	8	61
	гор.напиток	376	Чай с сахаром_М	212		60	0	0	15
	хлеб	13002	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащённый	30		80	2	1	16
	гарнир	74	Сосиски отварные	100		266	11	13	24
	закуска								
		72	Сыр сычужный твёрдый порциями	10		34	3	3	0
		434	Булочка "Молочная"	50		146	5	5	29
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	26	Свекла отварная	60		25	1	0	5
	1 блюдо	99	Суп гороховый	250		182	8	16	35
	2 блюдо	523	Картофель отварной	150		253	4	8	24
	гарнир	364	Птица в соусе с томатом	90		179	12	14	8
	сладкое								
	хлеб бел.	13002	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащённый	40		94	3	0	20
	хлеб черн.	13002	Хлеб ржаной обогащённый	30		63	2	0	13
	Напиток	171	Компот из смеси сухофруктов	200		36	0	0	9
		79	Фрукты свежие (Яблоко)	100	262,71	47	0	0	10

Директор МБОУ Гимназии № 10

Е.С. Лопина

