

Школа МБОУ Гимназия № 10

Отд./корп

День 5д. 1 нед.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	352	Запеканка картофельная с мясом птицы	210		497	28	38	95
	гор.напиток	460	Чай с молоком	200		64	2	1	12
	хлеб	13002	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащённый	30		80	2	1	16
	гарнир								
	закуска								
		79	Фрукты свежие (Яблоко)	100		47	0	0	10
		72	Сыр сычужный твёрдый порциями	10		34	3	3	0
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	38	Горошек зелёный консервированный	60		24	2	0	4
	1 блюдо	97	Рассольник ленинградский	250		66	2	4	16
	2 блюдо	377	Ленивые голубцы (птица)	200		267	14	16	15
	гарнир								
	сладкое	ПТ	Шоколад	90		120	1	10	8
	хлеб бел.	13002	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащённый	40		94	3	0	20
	хлеб черн.	13002	Хлеб ржаной обогащённый	42		88	2	0	19
	Напиток	171	Компот из смеси сухофруктов	200		36	0	0	9
					262,71				

Директор МБОУ Гимназии № 10

Е.С. Лопина

