

| Прием пищи | № реч. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------------------------------|----------|-------------------------|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак 1-4 | 3-2015 | Бутерброд с сыром | 20/20 | 12,71 | 119,38 | 4,61 | 3,69 | 16,62 |
| | 203-2015 | Омлет с сыром | 70/5 | 19,61 | 155,9 | 9,1 | 12,67 | 1,25 |
| | 382-2015 | Какао с молоком | 200 | 10,86 | 136,0 | 3,64 | 3,35 | 22,8 |
| | 338-2015 | Апельсин | 150 | 12,75 | 64,5 | 1,4 | 0,3 | 12,2 |
| | | Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 1,14 | 51 | 2,15 | 0,33 | 11,3 |
| Завтрак 5-11 | | | | 57,07 | 527,1 | 20,9 | 20,3 | 64,2 |
| | 3-2015 | Бутерброд с сыром | 20/20 | 12,71 | 119,38 | 4,61 | 3,69 | 16,62 |
| | 203-2015 | Омлет с сыром | 77/5 | 21,29 | 171,5 | 10,01 | 13,94 | 1,38 |
| | 382-2015 | Какао с молоком | 200 | 10,86 | 136,0 | 3,64 | 3,35 | 22,8 |
| | | Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 1,14 | 51 | 2,15 | 0,33 | 11,3 |
| Завтрак льготно | | | | 46,00 | 478,2 | 20,41 | 21,31 | 52,10 |
| | 3-2015 | Бутерброд с сыром | 19/20 | 11-83 | 119,38 | 4,61 | 3,69 | 16,62 |
| | 203-2015 | Омлет с сыром | 43/5 | 13,15 | 95,8 | 5,59 | 7,78 | 0,77 |
| | 685-2004 | Чай с сахаром | 200/15 | 2,02 | 51 | 2,15 | 0,33 | 11,3 |
| | | | | 27,00 | 266 | 12,35 | 11,80 | 28,7 |
| Завтрак компенсационно 1 и 2 смена | | | | | | | | |
| | 3-2015 | Бутерброд с сыром | 6/20 | 4,98 | 77,6 | 3 | 2,4 | 10,8 |
| | 685-2004 | Чай с сахаром | 200/15 | 2,02 | 60,0 | 0,07 | 0,02 | 15 |
| | | | | 7,00 | 137,60 | 3,07 | 2,42 | 25,80 |
| | | | | | | | | |
| Завтрак ОБЗ и инвалиды 1-4 | | | | | | | | |
| | 3-2015 | Бутерброд с сыром | 20/20 | 12,71 | 119,38 | 4,61 | 3,69 | 16,62 |
| | 203-2015 | Омлет с сыром | 56/5 | 16,21 | 124,7 | 7,28 | 10,14 | 1 |
| | 382-2015 | Какао с молоком | 200 | 10,86 | 136,0 | 3,64 | 3,35 | 22,8 |
| | 338-2015 | Апельсин | 150 | 12,75 | 64,5 | 1,4 | 0,3 | 12,2 |
| Обед ОБЗ и инвалиды 1-4 | | Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 1,14 | 51 | 2,15 | 0,33 | 11,3 |
| | | | | 53,67 | 496 | 19,08 | 17,81 | 63,92 |
| | | | | | | | | |
| | 430-2015 | Булочка Российская | 60 | 5,57 | 177 | 4,22 | 4,81 | 29,22 |
| | 99-2015 | Суп овощной со сметаной | 250/10 | 6,69 | 111,3 | 1,9 | 6,5 | 9,5 |
| | 269-2015 | Котлета особая | 40 | 18,7 | 115,2 | 6,7 | 7,34 | 5,25 |
| | 304-2015 | Рис отварной | 120 | 5,89 | 167,8 | 2,92 | 4,3 | 29,35 |
| | ТТК | Напиток ягодный | 200 | 10,41 | 111 | 0,7 | | 27 |
| | | Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 1,14 | 51 | 2,15 | 0,33 | 11,3 |
| | | | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|------------------------------------|-------------------------|--------|--|--------|-------|-------|-------|--------|
| | | | | 48,40 | 733,6 | 18,59 | 23,3 | 111,6 |
| | | | | 102,07 | | | | |
| Завтрак ОВЗ и инвалиды 5-11 | | | | | | | | |
| 3-2015 | Бутерброд с сыром | 6/20 | | 4,98 | 77,6 | 3 | 2,4 | 10,8 |
| 203-2015 | Омлет с сыром | 36/5 | | 11,27 | 80,18 | 4,68 | 6,52 | 0,64 |
| 685-2004 | Чай с сахаром | 200/15 | | 2,02 | 60,0 | 0,07 | 0,02 | 15 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 25 | | 1,14 | 51 | 2,15 | 0,33 | 11,3 |
| | | | | 19,41 | 269,1 | 9,9 | 9,3 | 37,7 |
| Обед ОВЗ и инвалиды 5-11 | | | | | | | | |
| 99-2015 | Суп овощной со сметаной | 250/10 | | 6,69 | 111,3 | 1,9 | 6,5 | 9,5 |
| 269-2015 | Котлета особая | 35 | | 16,37 | 100,8 | 5,86 | 6,42 | 4,59 |
| 304-2015 | Рис отварной | 130 | | 6,37 | 181,7 | 3,16 | 4,66 | 31,8 |
| 685-2004 | Чай с сахаром | 200/15 | | 2,02 | 60,0 | 0,07 | 0,02 | 15 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 25 | | 1,14 | 51 | 2,15 | 0,33 | 11,3 |
| | | | | 32,59 | 505,1 | 13,14 | 17,93 | 72,19 |
| | | | | 52,00 | | | | |
| Полдник ОВЗ и инвалиды 5-11 | | | | | | | | |
| | Пряник | 45 | | 8,55 | 70,0 | 2,8 | 2,8 | 32,7 |
| 382-2015 | Какао с молоком | 200 | | 10,86 | 136,0 | 3,64 | 3,35 | 22,8 |
| | | | | 19,41 | 206,0 | 6,4 | 6,2 | 55,5 |
| | | | | 52,00 | | | | |
| Обед ГПД | | | | | | | | |
| 99-2015 | Суп овощной | 250 | | 4,89 | 111,3 | 1,9 | 6,5 | 9,5 |
| 269-2015 | Котлета особая | 35 | | 16,37 | 100,8 | 5,86 | 6,42 | 4,59 |
| 304-2015 | Рис отварной | 116 | | 5,69 | 162,2 | 2,82 | 4,16 | 28,37 |
| 685-2004 | Чай с сахаром | 200/15 | | 2,02 | 60,0 | 0,07 | 0,02 | 15 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 25 | | 1,14 | 51 | 2,15 | 0,33 | 11,3 |
| | | | | 30,11 | 486 | 13 | 17 | 69 |
| Полдник ГПД | | | | | | | | |
| 685-2004 | Чай с сахаром | 200/15 | | 2,02 | 60,0 | 0,07 | 0,02 | 15 |
| 767-2004 | Булочка ванильная | 50 | | 2,87 | 171,5 | 3,95 | 4,25 | 29,05 |
| | | | | 4,89 | 231,5 | 4,02 | 4,27 | 44,05 |
| | | | | 35,00 | 717,1 | 16,8 | 21,7 | 112,8 |
| 2-я смена Обед 2-4 | | | | | | | | |
| 71-2015 | Помидор свежий | 30 | | 1,76 | 7 | | | 1 |
| 99-2015 | Суп овощной со сметаной | 250/10 | | 6,69 | 111,3 | 1,9 | 6,5 | 9,5 |
| 269-2015 | Котлета особая | 55 | | 25,61 | 158,4 | 9,21 | 10,09 | 7,22 |
| 304-2015 | Рис отварной | 120 | | 5,89 | 167,8 | 2,92 | 4,3 | 29,35 |
| ТТК | Напиток ягодный | 200 | | 10,41 | 111 | 0,7 | | 27 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 25 | | 1,14 | 51 | 2,15 | 0,33 | 11,3 |
| 430-2015 | Булочка Российская | 60 | | 5,57 | 177 | 4,22 | 4,81 | 29,22 |
| | | | | 57,07 | 783,8 | 21,1 | 26,03 | 114,59 |

| | | | | | | | | |
|---------------------------|----------|----------------------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 2-я смена Обед 6-7 | 269-2015 | Котлета особая | 45 | 21,04 | 129,6 | 7,53 | 8,25 | 5,9 |
| | 304-2015 | Рис отварной | 99 | 4,86 | 138,4 | 2,41 | 3,55 | 24,21 |
| | ТТК | Напиток ягодный | 200 | 10,41 | 111 | 0,7 | | 27 |
| | | Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 1,14 | 51 | 2,15 | 0,33 | 11,3 |
| | | Пряник | 45 | 8,55 | 70 | 2,8 | 2,8 | 32,7 |
| 2-я смена Обед лыготно | | | | 46,00 | 500 | 16 | 15 | 101 |
| | 269-2015 | Котлета особая | 40 | 18,7 | 115,2 | 6,7 | 7,34 | 5,25 |
| | 304-2015 | Рис отварной | 105 | 5,14 | 146,8 | 2,55 | 3,76 | 25,68 |
| | 685-2004 | Чай с сахаром | 200/15 | 2,02 | 60,0 | 0,07 | 0,02 | 15 |
| Буфетная продукция | | Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 1,14 | 51 | 2,15 | 0,33 | 11,3 |
| | | | | 27,00 | 373,3 | 11,47 | 11,45 | 57,23 |
| | 767-2004 | Булочка ванильная | 50 | 2,87 | 171,5 | 3,95 | 4,25 | 29,05 |
| | 406-2015 | Пирожок с повидлом | 100 | 10,93 | 187 | 3,5 | 3,75 | 34,77 |
| | 685-2004 | Чай с сахаром | 200/15 | 2,02 | 60,0 | 0,07 | 0,02 | 15 |

И.о. директора Гимназии N 3
Зав. производством
Бухгалтер



Пексина Е.И.
Жукова Г.С.
Брылева Е.А.