

Школа МБОУ "Гимназия №11" Отд./корп Школьная,

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена
Завтрак	гор.блюдо	94.14	Омлет	200	
	гор.напиток	94.11	Какао на молоке	200	
	хлеб	93.39	хлеб пшеничный	20	
	горошек	93.03	зелёный консервированный	60	
					67,00
Завтрак 2	фрукты	94.08	апельсины свежие	220	
Обед	закуска	9,45	Салат из свежих огурцов с м.р.	60	
	1 блюдо	9,71	Борщ из свежей капусты с картофелем	200	
	2 блюдо	70.58	Гуляш из свинины	80	
	гарнир	9,75	Каша гречневая рассыпчатая	150	
	сладкое	93,81	Кондитерское изделие	30	
	хлеб бел.	93.39	хлеб пшеничный	20	
	хлеб черн.	93.42	хлеб ржаной	60	
	напиток	93.56	Компот из плодов свежих (лимон)	200	
					100,00

Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
301	20.88	22.48	33298
94	4	3	12
52	2	1	10
24	2	0	4
208	3	1	46.2
47	1	4	3
83	1	4	9
274	19	10	3
187	6	5	29
50	0.8	0.4	6
52	2	1	10
106		0.72	35
50	0	0	12