

Меню МБОУ «Гимназия №2»
29.01.2026г.
(начальная школа 1-4 классы 7-11 лет)

№ п/п		масса порции	сумма	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецепту ры
	завтрак 1 смена	г	рубли					
1	Рыба запеченная с соусом	95	41,29	12,93	7,08	9,25	152,44	519
	соус	50	2,32	0,37	1,61	2,17	24,65	824
2	Пюре картофельное	150	18,26	4,84	4,78	24,33	159,70	759
3	Хлеб пшеничный	50	2,90	3,35	0,35	25,15	117,15	
4	Салат из капусты с зеленым горошком	100	14,55	3,67	9,17	4,33	114,53	7
5	Чай с лимоном	200	3,93	9,02	2,28	15,42	118,28	377
		645	83,25	34,18	25,27	80,65	686,75	
	обед 2 смена							
1	Свекольник со сметаной	200	10,24	1,60	4,14	11,86	91,10	55
		10	2,26	0,22	2,82	0,32	27,54	
2	Рыба запеченная с соусом	90	37,06	12,26	6,71	8,76	144,47	519
	соус	50	2,25	0,37	1,61	2,17	24,65	824
3	Пюре картофельное	150	17,62	4,84	4,78	24,33	159,70	759
4	Салат из капусты с зеленым горошком	60	8,35	2,20	5,50	2,60	68,70	7
5	Хлеб пшеничный	40	2,32	2,68	0,28	20,12	93,72	
6	Компот из сухофруктов	200	3,15	1,04	0,00	26,96	112,00	933
		800	83,25	25,21	25,84	97,12	721,88	

Зав.столовой

О.Н. Хакешева

Директор МБОУ «Гимназия №2»

Е.Е. Жанказиева