

МЕНЮ НА 10 НОЯБРЯ ШКОЛА №2

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
30	Салат из кваш. капусты с зел. луком	Калорийность-26, Жиры-2, Углеводы-2	13-70
<i>капуста квашеная, лук зеленый (перо), сахар - песок, масло растительное, петрушка (зелень)</i>			
50	Биточек рубленый из птицы (паровой)	Калорийность-128, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-5	33-00
<i>куриные грудки филе, молоко пастеризованное 2,5%, хлеб пшеничный, соль, масло сливочное</i>			
100	Пюре картофельное 100	Калорийность-100, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15	18-54
<i>картофель, молоко пастеризованное 2,5%, масло сливочное, соль</i>			
200	Чай с сахаром	Калорийность-59, Углеводы-15	3-94
<i>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</i>			
100	Груша	Калорийность-47, Углеводы-10	31-83
19	Хлеб пшеничный	Калорийность-45, Белки-1, Углеводы-9	2-99
Итого за Завтрак		Калорийность-405, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-57	104-00

Завтрак льготный

30	Салат из кваш. капусты с зел. луком	Калорийность-26, Жиры-2, Углеводы-2	13-70
<i>капуста квашеная, лук зеленый (перо), сахар - песок, масло растительное, петрушка (зелень)</i>			
20	Колбаса п/к (порциями)	Калорийность-75, Белки-3, Жиры-7	13-64
<i>колбаса п/к</i>			
50	Биточек рубленый из птицы (паровой)	Калорийность-128, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-5	33-00
<i>куриные грудки филе, молоко пастеризованное 2,5%, хлеб пшеничный, соль, масло сливочное</i>			
100	Пюре картофельное 100	Калорийность-100, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15	18-54
<i>картофель, молоко пастеризованное 2,5%, масло сливочное, соль</i>			
200	Чай с сахаром	Калорийность-59, Углеводы-15	3-94
<i>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</i>			
100	Груша	Калорийность-47, Углеводы-10	31-83
25	Батон нарезной	Калорийность-66, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13	5-35
Итого за Завтрак льготный		Калорийность-501, Белки-17, Жиры-21, Углеводы-60	120-00

Бухгалтер

Зав.
производств
омДиректор
школы

МЕНЮ НА 10 НОЯБРЯ ШКОЛА №2

Обед

250/2/ 5/10	Солянка домашняя со сметаной с зеленью	Калорийность-207, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-9	47-08
	<i>картофель, куриные грудки филе, лук репчатый, огурцы соленые, колбаса п/к, сосиски, сметана 15%, лимон, масло растительное, томатная паста., соль, укроп (зелень)</i>		
38/25	Колбаски "По - домашнему" 38/25	Калорийность-195, Белки-6, Жиры-17, Углеводы-4	33-19
	<i>свинина б/к (лопатка), лук репчатый, мука пшеничная, масло растительное, томатная паста., соль</i>		
100	Макароны отварные	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25	11-19
	<i>макаронные изделия, масло сливочное, соль</i>		
200	Компот из изюма	Калорийность-115, Углеводы-28	13-70
	<i>изюм, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</i>		
34	Хлеб столичный	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	4-84
	Итого за Обед	Калорийность-741, Белки-21, Жиры-36, Углеводы-83	110-00

Обед льготный

250/2/ 5/10	Солянка домашняя со сметаной с зеленью	Калорийность-207, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-9	47-08
	<i>картофель, куриные грудки филе, лук репчатый, огурцы соленые, колбаса п/к, сосиски, сметана 15%, лимон, масло растительное, томатная паста., соль, укроп (зелень)</i>		
38/25	Колбаски "По - домашнему" 38/25	Калорийность-195, Белки-6, Жиры-17, Углеводы-4	33-19
	<i>свинина б/к (лопатка), лук репчатый, мука пшеничная, масло растительное, томатная паста., соль</i>		
100	Макароны отварные	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25	11-19
	<i>макаронные изделия, масло сливочное, соль</i>		
200	Компот из изюма	Калорийность-115, Углеводы-28	13-70
	<i>изюм, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</i>		
50	Крендель сахарный	Калорийность-174, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-26	19-34
	<i>мука пшеничная, сахар - песок, масло сливочное, яйцо столовое, дрожжи сухие, масло растительное, соль</i>		
21	Хлеб столичный	Калорийность-49, Белки-1, Углеводы-10	3-00
16	Хлеб пшеничный	Калорийность-38, Белки-1, Углеводы-8	2-50
	Итого за Обед льготный	Калорийность-922, Белки-24, Жиры-43, Углеводы-110	130-00

Бухгалтер

Зав.
производств
ом

Директор
школы



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575808

Владелец Герасимчук Надежда Николаевна

Действителен с 12.04.2022 по 12.04.2023