

МЕНЮ НА 14 НОЯБРЯ ШКОЛА №2

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы | Стоимость питания |
|-------------------------|---|--|-------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 75 | Шницель из свинины 75 <i>свинина б/к (лопатка), хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, масло растительное, соль</i> | Калорийность-305, Белки-10, Жиры-24, Углеводы-13 | 48-80 |
| 100 | Каша рассыпчатая гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i> | Калорийность-155, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-24 | 17-74 |
| 200/157 | Чай с сахаром и лимоном <i>сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой</i> | Калорийность-61, Углеводы-15 | 5-99 |
| 110 | Яблоко св. | Калорийность-52, Углеводы-11 | 25-74 |
| 27 | Батон нарезной | Калорийность-71, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-14 | 5-73 |
| Итого за Завтрак | | Калорийность-644, Белки-17, Жиры-29, Углеводы-76 | 104-00 |

Завтрак льготный

| | | | |
|----------------------------------|---|--|---------------|
| 75 | Шницель из свинины 75 <i>свинина б/к (лопатка), хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, масло растительное, соль</i> | Калорийность-305, Белки-10, Жиры-24, Углеводы-13 | 48-80 |
| 100 | Каша рассыпчатая гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i> | Калорийность-155, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-24 | 17-74 |
| 25 | Помидор свежий | Калорийность-6, Углеводы-1 | 10-89 |
| 200 | Чай с сахаром <i>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</i> | Калорийность-59, Углеводы-15 | 3-94 |
| 100 | Мандарины | Калорийность-38, Белки-1, Углеводы-8 | 32-49 |
| 29 | Батон нарезной | Калорийность-76, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15 | 6-14 |
| Итого за Завтрак льготный | | Калорийность-639, Белки-19, Жиры-29, Углеводы-75 | 120-00 |

Бухгалтер

Зав.
производств
омДиректор
школы

МЕНЮ НА 14 НОЯБРЯ ШКОЛА №2

Обед

| | | | |
|--|--|---|---------------|
| 250/20 /2 | Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом(филе) | Калорийность-195, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-26 | 31-55 |
| <i>картофель, куриные грудки филе, лук репчатый, морковь, вермишель, масло растительное, соль, укроп (зелень)</i> | | | |
| 60/50 | Тефтели (свин.) в сметанно-томатном соусе без риса | Калорийность-265, Белки-8, Жиры-21, Углеводы-12 | 41-11 |
| <i>соус сметанный с томатом, свинина б/к (лопатка), лук репчатый, хлеб пшеничный, масло растительное, соль, мука пшеничная</i> | | | |
| 100 | Каша перловая рассып.100 | Калорийность-131, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22 | 10-22 |
| <i>крупа перловая, масло сливочное, соль</i> | | | |
| 200 | Компот из апельсинов | Калорийность-141, Углеводы-34 | 23-19 |
| <i>апельсин, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</i> | | | |
| 28 | Хлеб столичный | Калорийность-65, Белки-2, Углеводы-14 | 3-93 |
| Итого за Обед | | | 110-00 |
| Калорийность-797, Белки-20, Жиры-31, Углеводы-108 | | | |

Обед льготный

| | | | |
|---|--|---|---------------|
| 250/20 /2 | Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом(филе) | Калорийность-195, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-26 | 31-55 |
| <i>картофель, куриные грудки филе, лук репчатый, морковь, вермишель, масло растительное, соль, укроп (зелень)</i> | | | |
| 60/50 | Тефтели (свин.) в сметанно-томатном соусе без риса | Калорийность-265, Белки-8, Жиры-21, Углеводы-12 | 41-11 |
| <i>соус сметанный с томатом, свинина б/к (лопатка), лук репчатый, хлеб пшеничный, масло растительное, соль, мука пшеничная</i> | | | |
| 100 | Каша перловая рассып.100 | Калорийность-131, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22 | 10-22 |
| <i>крупа перловая, масло сливочное, соль</i> | | | |
| 200 | Компот из апельсинов | Калорийность-141, Углеводы-34 | 23-19 |
| <i>апельсин, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</i> | | | |
| 50 | Булочка " Улиточка" 50 | Калорийность-194, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-28 | 22-05 |
| <i>мука пшеничная, молоко 2.5% ультрапастеризованное, масло сливочное, сахар - песок, яйцо столовое, дрожжи сухие, масло растительное, соль</i> | | | |
| 13 | Хлеб столичный | Калорийность-30, Белки-1, Углеводы-6 | 1-88 |
| Итого за Обед льготный | | | 130-00 |
| Калорийность-957, Белки-23, Жиры-38, Углеводы-129 | | | |

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