

МЕНЮ НА 23 ДЕКАБРЯ ШКОЛА №2

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
200/10	Каша вязкая молочная пшениная с <i>молоко пастеризованное 2,5%, крупа пшени, масло сливочное, сахар - песок, соль</i>	Калорийность-289,97, Белки-7,57, Жиры-12,09, Углеводы-37,51	40-66
200	Какао растворимый с молоком <i>молоко 2.5% ультрапастеризованное, какао растворимый, сахар - песок</i>	Калорийность-138,95, Белки-5,8, Жиры-4,6, Углеводы-18.13	26-61
100	Груша	Калорийность-47, Белки-0,4, Жиры-0,3, Углеводы-10,3	31-83
23	Батон нарезной	Калорийность-60,26, Белки-1,73, Жиры-0,67, Углеводы-11.82	4-90
Итого за Завтрак		Калорийность-536,18, Белки-15,5, Жиры-17,66, Углеводы-77.76	104-00
Завтрак льготный			
20	Колбаса п/к (порциями) <i>колбаса п/к</i>	Калорийность-74,6, Белки-3,42, Жиры-6,76, Углеводы-0,04	13-64
200/10	Каша вязкая молочная пшениная с <i>молоко пастеризованное 2,5%, крупа пшени, масло сливочное, сахар - песок, соль</i>	Калорийность-289,97, Белки-7,57, Жиры-12,09, Углеводы-37.51	40-66
200	Какао растворимый с молоком <i>молоко 2.5% ультрапастеризованное, какао растворимый, сахар - песок</i>	Калорийность-138,95, Белки-5,8, Жиры-4,6, Углеводы-18.13	26-61
100	Груша	Калорийность-47, Белки-0,4, Жиры-0,3, Углеводы-10,3	31-83
34	Батон нарезной	Калорийность-89,08, Белки-2,55, Жиры-0,99, Углеводы-17.48	7-26
Итого за Завтрак льготный		Калорийность-639,6, Белки-19,74, Жиры-24,74, Углеводы-92.46	120-00
Бухгалтер	Зав. производство	Директор школы	

МЕНЮ НА 23 ДЕКАБРЯ ШКОЛА №2

Обед			
250/2	Суп картофельный с крупой (рис) <i>картофель, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло растительное, соль, укроп (зелень)</i>	Калорийность-106,17, Белки-2,17, Жиры-2,99, Углеводы-17.56	14-80
75	Котлета рубленая из <i>куриные грудки филе, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль</i>	Калорийность-231,94, Белки-12,5, Жиры-15,14, Углеводы-11.37	59-58
100	Рис отварной 100 <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-153,54, Белки-2,54, Жиры-4,07, Углеводы-26.68	17-89
200	Напиток мандариновый <i>сахар - песок, мандарин, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</i>	Калорийность-104,12, Белки-0,18, Жиры-0,04, Углеводы-25.6	12-38
18	Хлеб пшеничный	Калорийность-42,3, Белки-1,37, Жиры-0,14, Углеводы-8,86	2-80
18	Хлеб столичный	Калорийность-41,76, Белки-1,01, Жиры-0,2, Углеводы-8,89	2-55
Итого за Обед		Калорийность-679,83, Белки-19,77, Жиры-22,58, Углеводы-98.96	110-00
Обед льготный			
250/15/2	Суп картофельный с крупой (рис) с мясом (филе).с зеленью <i>картофель, куриные грудки филе, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло растительное, петрушка (зелень)</i>	Калорийность-137,98, Белки-4,96, Жиры-5,29, Углеводы-17,56	28-18
75	Котлета рубленая из <i>куриные грудки филе, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль</i>	Калорийность-231,94, Белки-12,5, Жиры-15,14, Углеводы-11.37	59-58
150	Рис отварной 150 <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-230,31, Белки-3,81, Жиры-6,11, Углеводы-40.01	26-84
200	Напиток мандариновый <i>сахар - песок, мандарин, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</i>	Калорийность-104,12, Белки-0,18, Жиры-0,04, Углеводы-25.6	12-38
22	Хлеб столичный	Калорийность-51,04, Белки-1,23, Жиры-0,24, Углеводы-10.87	3-02
Итого за Обед льготный		Калорийность-755,39, Белки-22,68, Жиры-26,82, Углеводы-105.41	130-00
Бухгалтер	Зав. производство	Директор школы	

МЕНЮ НА 23 ДЕКАБРЯ ШКОЛА №2

Сотрудники

100	Салат из пекин.капусты с перцем	Калорийность-80,3, Белки-1,08, Жиры-5,17, Углеводы-7,13	37-10
	<i>капуста пекинская, перец сладкий, сахар - песок, масло растительное, петрушка (зелень), соль йодированная, лимон. кислота</i>		
100	Салат из кваш. капусты с зел.	Калорийность-86,33, Белки-1,64, Жиры-5,1, Углеводы-7,87	45-42
	<i>капуста квашеная, лук зеленый (перо), сахар - песок, масло растительное, петрушка (зелень)</i>		
250/15/2	Суп картофельный с крупой (рис) с мясом (филе).с зеленью	Калорийность-137,98, Белки-4,96, Жиры-5,29, Углеводы-17,56	28-18
	<i>картофель, куриные грудки филе, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло растительное, петрушка (зелень)</i>		
200/10	Каша вязкая молочная пшениная с	Калорийность-289,97, Белки-7,57, Жиры-12,09, Углеводы-37,51	40-66
	<i>молоко пастеризованное 2,5%, крупа пшено, масло сливочное, сахар - песок, соль</i>		
75	Котлета рубленая из	Калорийность-231,94, Белки-12,5, Жиры-15,14, Углеводы-11,37	59-58
	<i>куриные грудки филе, хлеб пшеничный, сухари папировочные, масло растительное, соль</i>		
80	Филе куриное " Забава"	Калорийность-253,91, Белки-13,87, Жиры-20,53, Углеводы-3,39	70-45
	<i>куриные грудки филе, масло растительное, сыр твердый, яйцо столовое, мука пшеничная, соль</i>		
110	Котлета " Пожарская"	Калорийность-347,64, Белки-16,65, Жиры-22,59, Углеводы-19,46	77-34
	<i>куриные грудки филе, батон нарезной, хлеб пшеничный, яйцо столовое, масло растительное, соль</i>		
150	Пюре картофельное 150	Калорийность-150,21, Белки-3,24, Жиры-5,41, Углеводы-22,03	28-98
	<i>картофель, молоко пастеризованное 2,5%, масло сливочное, соль</i>		
150	Рис отварной 150	Калорийность-230,31, Белки-3,81, Жиры-6,11, Углеводы-40,01	26-84
	<i>крупа рисовая, масло сливочное, соль</i>		
150	Макароньы отварные 150	Калорийность-216,72, Белки-5,8, Жиры-5,01, Углеводы-37,05	16-76
	<i>макаронные изделия, масло сливочное, соль</i>		
150/20/5	Макароньы отварные с сыром 150	Калорийность-328,81, Белки-11,44, Жиры-14,82, Углеводы-37,09	58-53
	<i>макаронные изделия, сыр твердый, масло сливочное, соль</i>		
200	Напиток мандариновый	Калорийность-104,12, Белки-0,18, Жиры-0,04, Углеводы-25,6	12-38
	<i>сахар - песок, мандарины, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</i>		
200	Чай с сахаром	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	3-94
	<i>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</i>		
200/15/7	Чай с сахаром и лимоном	Калорийность-61,41, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-15,18	5-99
	<i>сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой</i>		
7	Лимон порц.	Калорийность-2,38, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-0,21	2-04
0,5	Вода мин. Карельская		38-84
200	Сок фруктовый 0,2	Калорийность-92, Белки-1, Жиры-0,2, Углеводы-20,2	38-61
200	Напиток фруктовый 0.2	Калорийность-92, Белки-1, Жиры-0,2, Углеводы-20,2	34-13
100	Пицца школьная с п/к колбасой	Калорийность-282,21, Белки-11,82, Жиры-11,68, Углеводы-32,13	55-62
	<i>тесто дрожжевое для ватрушек, пиццы, кулебяк и др., фарш мясной, колбаса вареная, сыр твердый, помидоры, лук репчатый, чеснок, майонез, соус томатный, масло растительное</i>		
75	Ватрушка со сметаной	Калорийность-221,02, Белки-5,79, Жиры-4,93, Углеводы-38,35	17-53
	<i>тесто дрожжевое для ватрушек, пирогов, кулебяк и др., сметана 15%, мука пшеничная, сахар - песок, яйцо столовое, масло растительное</i>		
100	Пирожок печеный с яблоком	Калорийность-251,87, Белки-5,29, Жиры-3,16, Углеводы-50,21	26-16
	<i>тесто дрожжевое для ватрушек, пирогов, кулебяк и др., фарш яблочный, яйцо столовое, мука пшеничная, масло растительное</i>		
75	Ватрушка с брусникой	Калорийность-223,58, Белки-4,88, Жиры-2,7, Углеводы-44,76	31-94
	<i>мука пшеничная, брусника, сахар - песок, яйцо столовое, масло сливочное, соль, дрожжи сухие, масло растительное</i>		
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-70,5, Белки-2,28, Жиры-0,24, Углеводы-14,76	4-68
30	Хлеб столичный	Калорийность-69,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82	4-21
30	Батон нарезной	Калорийность-78,6, Белки-2,25, Жиры-0,87, Углеводы-15,42	6-43

Бухгалтер

Зав.
производство
м

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