

## МЕНЮ НА 13 ЯНВАРЯ ШКОЛА №2

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
60/50	<b>Тефтели (свин.) в соус сметанный с томатом, свинина б/к (лопатка), лук репчатый, хлеб пшеничный, масло растительное, соль, мука</b>	Калорийность-264,78, Белки-7,58, Жиры-20,73. Углеводы-11,82	59-09
100	<b>Каша перловая рассып.100</b> крупа перловая, масло сливочное, соль	Калорийность-131,08, Белки-3,11, Жиры-3,25, Углеводы-22,31	10-22
15	<b>Огурец свежий</b>	Калорийность-1,65, Белки-0,11, Жиры-0,02	5-54
200	<b>Кофейный напиток с молоком пастеризованное 2,5%, сахар - песок, кофейный напиток растворимый</b>	Калорийность-151,6, Белки-3,35, Жиры-2,5, Углеводы-26,76	25-42
22	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-51,7, Белки-1,67, Жиры-0,18, Углеводы-10,82	3-73
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-600,81, Белки-15,82, Жиры-36,69, Углеводы-82,81	104-00
<b>Завтрак льготный</b>			
25	<b>Колбаса п/к (порциями)</b> колбаса п/к	Калорийность-93,25, Белки-4,28, Жиры-8,45, Углеводы-0,05	17-05
60/50	<b>Тефтели (свин.) в соус сметанный с томатом, свинина б/к (лопатка), лук репчатый, хлеб пшеничный, масло растительное, соль, мука</b>	Калорийность-264,78, Белки-7,58, Жиры-20,73. Углеводы-11,82	59-09
150	<b>Каша перловая рассып.150</b> крупа перловая, масло сливочное, соль	Калорийность-196,77, Белки-4,68, Жиры-4,88, Углеводы-33,49	15-28
200	<b>Кофейный напиток с молоком пастеризованное 2,5%, сахар - песок, кофейный напиток растворимый</b>	Калорийность-151,6, Белки-3,35, Жиры-2,5, Углеводы-26,76	25-42
18	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-42,3, Белки-1,37, Жиры-0,14, Углеводы-8,86	3-16
<b>Итого за Завтрак льготный</b>		Калорийность-748,7, Белки-21,26, Жиры-36,7, Углеводы-82,81	120-00
Бухгалтер _____	Зав. производств _____	Директор школы _____	

## МЕНЮ НА 13 ЯНВАРЯ ШКОЛА №2

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Обед</b>			
250/10	<b>Рассольник ленинградский со сметаной и зеленью</b> картофель, огурцы соленые, морковь, сметана 15%, крупа перловая, лук репчатый, масло растительное, соль, укроп	Калорийность-142,95, Белки-2,6, Жиры-6,9, Углеводы-17,41	22-40
50	<b>Биточек из свинины 50</b> свинина б/к (лопатка), хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, масло растительное, соль	Калорийность-202,91, Белки-6,65, Жиры-16, Углеводы-7,99	49-46
100	<b>Пюре картофельное 100</b> картофель, молоко пастеризованное 2,5%, масло сливочное, соль	Калорийность-100,12, Белки-2,16, Жиры-3,6, Углеводы-14,68	17-52
200	<b>Компот из свежих яблок</b> яблоки, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота	Калорийность-114,56, Белки-0,01, Жиры-0,16, Углеводы-27,87	13-27
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-58,75, Белки-1,9, Жиры-0,2, Углеводы-12,3	4-29
20	<b>Хлеб столичный</b>	Калорийность-46,4, Белки-1,12, Жиры-0,22, Углеводы-9,88	3-06
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-665,69, Белки-14,44, Жиры-36,69, Углеводы-82,81	110-00
<b>Обед льготный</b>			
250/10	<b>Рассольник ленинградский со сметаной и зеленью</b> картофель, огурцы соленые, морковь, сметана 15%, крупа перловая, лук репчатый, масло растительное, соль, укроп	Калорийность-142,95, Белки-2,6, Жиры-6,9, Углеводы-17,41	22-40
50	<b>Биточек из свинины 50</b> свинина б/к (лопатка), хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, масло растительное, соль	Калорийность-202,91, Белки-6,65, Жиры-16, Углеводы-7,99	49-46
150	<b>Пюре картофельное 150</b> картофель, молоко пастеризованное 2,5%, масло сливочное, соль	Калорийность-150,21, Белки-3,24, Жиры-5,41, Углеводы-22,03	26-37
30	<b>Горошек зеленый порц.</b>	Калорийность-12, Белки-0,93, Жиры-0,06, Углеводы-1,95	14-39
200	<b>Компот из свежих яблок</b> яблоки, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота	Калорийность-114,56, Белки-0,01, Жиры-0,16, Углеводы-27,87	13-27
26	<b>Хлеб столичный</b>	Калорийность-60,32, Белки-1,46, Жиры-0,29, Углеводы-12,84	4-11
<b>Итого за Обед льготный</b>		Калорийность-682,95, Белки-14,89, Жиры-36,69, Углеводы-82,81	130-00
Бухгалтер _____	Зав. производств _____	Директор школы _____	

# МЕНЮ НА 13 ЯНВАРЯ ШКОЛА №2

## Сотрудники

100	<b>Салат из б/к. капусты с</b> <i>капуста б/к, колбаса п/к, горошек зеленый, масло растительное, морковь, сахар - песок, соль йодированная,</i>	Калорийность-201,61, Белки-5, Жиры-16,85, Углеводы-7.37	33-05
100/10	<b>Салат из св.огурцов с</b> <i>огурцы свежие, лук зеленый (перо), масло растительное, соль йодированная, укроп (зелень)</i>	Калорийность-67,19, Белки-0,85, Жиры-6,11, Углеводы-0,45	45-42
250/20	<b>Рассольник ленинградский</b> <i>картофель, куриные грудки филе, огурцы соленые, морковь, сметана 15%, крупа перловая, лук репчатый, масло растительное, соль, мука</i>	Калорийность-190,55, Белки-6,24, Жиры-10,58, Углеводы-17,41	40-12
60/50	<b>Тефтели (свин.) в</b> <i>соус сметанный с томатом, свинина б/к (лопатка), лук репчатый, хлеб пшеничный, масло растительное, соль, мука</i>	Калорийность-264,78, Белки-7,58, Жиры-20,73, Углеводы-11.82	59-09
80	<b>Филе куриное " Забава"</b> <i>куриные грудки филе, масло растительное, сыр твердый, яйцо столовое, мука пшеничная, соль</i>	Калорийность-253,91, Белки-13,87, Жиры-20.53, Углеводы-3.39	70-45
50	<b>Биточек из свинины 50</b> <i>свинина б/к (лопатка), хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, масло растительное, соль</i>	Калорийность-202,91, Белки-6,65, Жиры-16, Углеводы-7.99	49-46
110	<b>Котлета " Пожарская"</b> <i>куриные грудки филе, батон нарезной, хлеб пшеничный, яйцо столовое, масло растительное, соль</i>	Калорийность-347,64, Белки-16,65, Жиры-22.59, Углеводы-19.46	78-03
150	<b>Пюре картофельное 150</b> <i>картофель, молоко пастеризованное 2,5%, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-150,21, Белки-3,24, Жиры-5,41, Углеводы-22.03	26-37
150	<b>Каша перловая рассып.150</b> <i>крупа перловая, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-196,77, Белки-4,68, Жиры-4,88, Углеводы-33.49	15-28
150	<b>Макаронны отварные 150</b> <i>макаронные изделия, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-216,72, Белки-5,8, Жиры-5,01, Углеводы-37.05	16-76
150/20	<b>Макаронны отварные с</b> <i>сыром 150</i>	Калорийность-328,81, Белки-11,44, Жиры-14,82, Углеводы-37,09	58-53
200	<b>Компот из свежих яблок</b> <i>яблоки, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</i>	Калорийность-114,56, Белки-0,01, Жиры-0,16, Углеводы-27.87	13-27
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</i>	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	3-94
200/15	<b>Чай с сахаром и лимоном</b> <i>сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой</i>	Калорийность-61,41, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-15,18	5-99
7	<b>Лимон порц.</b>	Калорийность-2,38, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-0.21	2-04
0,5	<b>Вода мин. Карельская</b>	Калорийность-92, Белки-1, Жиры-0,2, Углеводы-20.2	38-84
200	<b>Сок фруктовый 0,2</b>	Калорийность-92, Белки-1, Жиры-0,2, Углеводы-20.2	38-61
200	<b>Напиток фруктовый 0.2</b>	Калорийность-287,17, Белки-12,23, Жиры-13.37, Углеводы-29.36	34-13
85	<b>Трубочка ветчинная</b> <i>тесто дрожжевое для ватрушек, пирогов, кулебяк и др., ветчина в оболочке, сыр твердый, мука пшеничная, яйцо</i>	Калорийность-282,21, Белки-11,82, Жиры-11.68, Углеводы-32.13	46-57
100	<b>Пицца школьная с п/к</b> <i>тесто дрожжевое для ватрушек, пирогов, кулебяк и др., помидоры свежие, колбаса п/к, сыр твердый, томатная</i>	Калорийность-192,66, Белки-4,91, Жиры-2,72, Углеводы-37.17	54-70
75	<b>Пирожок печеный с</b> <i>тесто дрожжевое для ватрушек, пирогов, кулебяк и др., фарш яблоко-джем, мука пшеничная, яйцо столовое, масло</i>	Калорийность-391,53, Белки-12,57, Жиры-17.27, Углеводы-46.41	19-11
110	<b>Сочни с творогом</b> <i>мука пшеничная, творог 5%, масло сливочное, сахар - песок, яйцо столовое, сметана 15%, соль, сода</i>	Калорийность-70,5, Белки-2,28, Жиры-0,24, Углеводы-14.76	67-14
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-69,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14.82	5-15
30	<b>Хлеб столичный</b>	Калорийность-78,6, Белки-2,25, Жиры-0,87, Углеводы-15.42	4-68
30	<b>Батон нарезной</b>		7-02

Бухгалтер

Зав.  
производс  
твом

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