

# МЕНЮ НА 17 ЯНВАРЯ ШКОЛА №2

## Сотрудники

100/2	<b>Салат из пекинской</b> <i>капуста пекинская, огурцы свежие, масло растительное, лимон. кислота, сахар - песок, укроп (зелень), соль</i>	Калорийность-69,75, Белки-1,06, Жиры-5,17, Углеводы-3,86	42-47
100	<b>Салат из св. помидоров с</b> <i>помидоры свежие, лук зеленый (перо), масло растительное, соль йодированная, укроп (зелень)</i>	Калорийность-76,62, Белки-1,14, Жиры-6,17, Углеводы-3,6	47-97
250/15	<b>Свекольник с зеленью,</b>		
/20/10/	<b>яйцом, со сметаной,с</b>	Калорийность-182,2, Белки-6,97, Жиры-11,72, Углеводы-12,17	38-61
2	<b>маслом (филе)</b> <i>свекла, картофель, яйцо столовое, куриные грудки филе, сметана 15%, масло растительное, томатная паста, сахар -</i>		
50	<b>Котлета "Заводская" 50</b>	Калорийность-208,21, Белки-7,69, Жиры- 15,69. Углеводы-8,97	49-26
50	<b>Шницель из свинины 50</b> <i>свинина б/к (лопатка), куриные грудки филе, лук репчатый, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло</i>	Калорийность-202,91, Белки-6,65, Жиры-16, Углеводы-7,99	49-46
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
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
50	<b>Рыба в яйце(треска) 50</b> <i>треска филе зам., яйцо столовое, мука пшеничная, масло растительное, соль</i>	Калорийность-107,07, Белки-10,42, Жиры- 5,88. Углеводы-3,19	95-39
150	<b>Каша рассып.гречневая 150</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-225,92, Белки-7,66, Жиры-6,33, Углеводы-34,64	25-63
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	27-26
150	<b>Капуста тушеная 150</b> <i>капуста б/к, лук репчатый, масло сливочное, сахар - песок, томатная паста, морковь, соль, мука пшеничная, лимон.</i>	Калорийность-118,32, Белки-3,61, Жиры-4,54, Углеводы-15,25	28-16
100/50	<b>Сложный гарнир</b> <i>картофель, капуста б/к, молоко 2.5% ультрапастеризованное, масло сливочное, томатная паста, соль, лук</i>	Калорийность-135,87, Белки-3,31, Жиры-5,09, Углеводы-18,91	27-60
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</i>	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	3-83
200/15	<b>Чай с сахаром и лимоном</b>	Калорийность-61,41, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-15,18	5-87
/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>		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-92, Белки-1, Жиры-0,2, Углеводы-20,2	34-13
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-282,21, Белки-11,82, Жиры- 11,68. Углеводы-32,13	55-68
52/50	<b>Сосиска в тесте</b> <i>тесто дрожжевое для ватрушек, пирогов, кулебяк и др., сосиски, яйцо столовое, мука пшеничная, масло</i>	Калорийность-303,32, Белки-10,65, Жиры- 15,85. Углеводы-29,53	38-22
75	<b>Расстегай с рыбой (</b> <i>тесто дрожжевое для ватрушек, пирогов, кулебяк и др., фарш рыбный (треска) с луком, мука пшеничная, яйцо</i>	Калорийность-194,88, Белки-9,22, Жиры-3,64, Углеводы-31,39	54-68
75	<b>Ватрушка "Осенняя" с</b> <i>мука пшеничная, брусника, джем, яйцо столовое, сахар - песок, масло сливочное, соль, дрожжи сухие, масло</i>	Калорийность-207,57, Белки-4,94, Жиры-2,68, Углеводы-41	36-66
100	<b>Пирожок печеный с</b> <i>тесто дрожжевое для ватрушек, пирогов, кулебяк и др., фарш яблочный, яйцо столовое, мука пшеничная, масло</i>	Калорийность-251,87, Белки-5,29, Жиры-3,16, Углеводы-50,21	23-62
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-70,5, Белки-2,28, Жиры-0,24, Углеводы-14,76	5-15
30	<b>Хлеб столичный</b>	Калорийность-69,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82	4-68
30	<b>Батон нарезной</b>	Калорийность-78,6, Белки-2,25, Жиры-0,87, Углеводы-15,42	7-02

Бухгалтер

Зав.  
производс  
твом

Директор  
школы

## МЕНЮ НА 17 ЯНВАРЯ ШКОЛА №2

### Сотрудники

100/2	<b>Салат из пекинской</b> <i>капуста пекинская, огурцы свежие, масло растительное, лимон. кислота, сахар - песок, укроп (зелень), соль</i>	Калорийность-69,75, Белки-1,06, Жиры-5,17, Углевоы-3.86	42-47
100	<b>Салат из св. помидоров с</b> <i>помидоры свежие, лук зеленый (перл), масло растительное, соль йодированная, укроп (зелень)</i>	Калорийность-76,62, Белки-1,14, Жиры-6,17, Углевоы-3.6	47-97
250/15 /20/10/ 2	<b>Свекольник с зеленью,</b> <b>яйцом, со сметаной, с</b> <b>масом (филе)</b> <i>свекла, картофель, яйцо столовое, куриные грудки филе, сметана 15%, масло растительное, томатная паста, сахар -</i>	Калорийность-182,2, Белки-6,97, Жиры-11,72, Углевоы-12,17	38-61
50	<b>Котлета "Заводская" 50</b> <i>свинина б/к (лопатка), куриные грудки филе, лук репчатый, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло</i>	Калорийность-208,21, Белки-7,69, Жиры- 15.69. Углевоы-8.97	49-26
50	<b>Шницель из свинины 50</b> <i>свинина б/к (лопатка), хлеб пшеничный, сухари панировочные, лук репчатый, масло растительное, соль</i>	Калорийность-202,91, Белки-6,65, Жиры-16, Углевоы-7.99	49-46
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. Углевоы-3.39	70-45
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. Углевоы-19.46	78-03
50	<b>Рыба в яйце(треска) 50</b> <i>треска филе зам., яйцо столовое, растительное, соль</i>	Калорийность-107,07, Белки-10,42, Жиры- 5.88. Углевоы-3.19	95-39
150	<b>Каша рассып.гречневая 150</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-225,92, Белки-7,66, Жиры-6,33, Углевоы-34.64	25-63
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, Углевоы-22.03	27-26
150	<b>Капуста тушеная 150</b> <i>капуста б/к, лук репчатый, масло сливочное, сахар - песок, томатная паста, морковь, соль, мука пшеничная, лимон.</i>	Калорийность-118,32, Белки-3,61, Жиры-4,54, Углевоы-15.25	28-16
100/50	<b>Сложный гарнир</b> <i>картофель, капуста б/к, молоко 2.5% ультрапастеризованное, масло сливочное, томатная паста, соль, лук</i>	Калорийность-135,87, Белки-3,31, Жиры-5,09, Углевоы-18.91	27-60
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</i>	Калорийность-59,03, Углевоы-14,97	3-83
200/15 /7	<b>Чай с сахаром и лимоном</b> <i>сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой</i>	Калорийность-61,41, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углевоы-15,18	5-87
7	<b>Лимон порц.</b>	Калорийность-2,38, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углевоы-0.21	2-04
0,5	<b>Вода мин. Карельская</b>	Калорийность-92, Белки-1, Жиры-0,2, Углевоы-20.2	38-84
200	<b>Сок фруктовый 0,2</b>	Калорийность-92, Белки-1, Жиры-0,2, Углевоы-20.2	38-61
200	<b>Напиток фруктовый 0.2</b>	Калорийность-282,21, Белки-11,82, Жиры- 11.68. Углевоы-32.13	34-13
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-303,32, Белки-10,65, Жиры- 15.85. Углевоы-29.53	55-68
52/50	<b>Сосиска в тесте</b> <i>тесто дрожжевое для ватрушек, пирогов, кулебяк и др., сосиски, яйцо столовое, мука пшеничная, масло</i>	Калорийность-194,88, Белки-9,22, Жиры-3,64, Углевоы-31.39	38-22
75	<b>Расстегай с рыбой (</b> <i>тесто дрожжевое для ватрушек, пирогов, кулебяк и др., фарш рыбный (треска) с луком, мука пшеничная, яйцо</i>	Калорийность-207,57, Белки-4,94, Жиры-2,68, Углевоы-41	54-68
75	<b>Ватрушка "Осенняя" с</b> <i>мука пшеничная, брусника, джем, яйцо столовое, сахар - песок, масло сливочное, соль, дрожжи сухие, масло</i>	Калорийность-251,87, Белки-5,29, Жиры-3,16, Углевоы-50.21	36-66
100	<b>Пирожок печеный с</b> <i>тесто дрожжевое для ватрушек, пирогов, кулебяк и др., фарш яблочный, яйцо столовое, мука пшеничная, масло</i>	Калорийность-70,5, Белки-2,28, Жиры-0,24, Углевоы-14.76	23-62
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-69,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углевоы-14.82	5-15
30	<b>Хлеб столичный</b>	Калорийность-78,6, Белки-2,25, Жиры-0,87, Углевоы-15.42	4-68
30	<b>Батон нарезной</b>	Углевоы-15.42	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