

МЕНЮ НА 31 ЯНВАРЯ ШКОЛА №2

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
75	Котлета "Заводская" <i>свинина б/к (лопатка), куриные грудки филе, лук репчатый, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло</i>	Калорийность-305,57, Белки-11, Жиры-23,12, Углеводы-13.24	71-10
100	Макаронны отварные <i>макаронные изделия, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-144,48, Белки-3,87, Жиры-3,34, Углеводы-24.7	11-61
30	Помидор свежий	Калорийность-7,2, Белки-0,33, Жиры-0,06, Углеводы-1.14	11-70
200	Чай с сахаром <i>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</i>	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	3-83
34	Хлеб пшеничный	Калорийность-79,9, Белки-2,58, Жиры-0,27, Углеводы-16.73	5-76
Итого за Завтрак		Калорийность-596,18, Белки-17,78, Жиры-26,50, Углеводы-50,70	104-00
Завтрак льготный			
75	Котлета "Заводская" <i>свинина б/к (лопатка), куриные грудки филе, лук репчатый, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло</i>	Калорийность-305,57, Белки-11, Жиры-23,12, Углеводы-13.24	71-10
150	Макаронны отварные <i>макаронные изделия, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-216,72, Белки-5,8, Жиры-5,01, Углеводы-37.05	17-39
200	Чай с сахаром <i>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</i>	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	3-83
100	Апельсин	Калорийность-43, Белки-0,9, Жиры-0,2, Углеводы-8.1	22-88
28	Хлеб пшеничный	Калорийность-65,8, Белки-2,13, Жиры-0,22, Углеводы-13.78	4-80
Итого за Завтрак льготный		Калорийность-690,12, Белки-19,83, Жиры-26,50, Углеводы-50,70	120-00
Бухгалтер	Зав. производством	Директор школы	

МЕНЮ НА 31 ЯНВАРЯ ШКОЛА №2

Обед			
250/20	Свекольник с яйцом	Калорийность-146,64, Белки-4,24, Жиры-8,96, Углеводы-12,17	24-84
/10/2	сметаной, зеленью <i>свекла, картофель, яйцо столовое, сметана 15%, масло растительное, томатная паста, сахар - песок, соль, укроп</i>	Калорийность-144,81, Белки-7,72, Жиры-9,18, Углеводы-7.78	54-94
50	Котлета из говядины <i>говядина 1 кат., хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, лук репчатый, соль</i>	Калорийность-150,61, Белки-5,11, Жиры-4,22, Углеводы-23.1	17-08
100	Каша рассыпчатая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-1,65, Белки-0,11, Жиры-0,02	5-54
15	Огурец свежий	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	3-83
200	Чай с сахаром <i>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</i>	Калорийность-55,68, Белки-1,34, Жиры-0,26, Углеводы-11.86	3-77
24	Хлеб столичный	Калорийность-558,42, Белки-18,52, Жиры-26,50, Углеводы-50,70	110-00
Итого за Обед			
Обед льготный			
250/15	Свекольник с зеленью,	Калорийность-182,2, Белки-6,97, Жиры-11,72, Углеводы-12,17	38-61
/20/10/	яйцом, со сметаной, с	Калорийность-144,81, Белки-7,72, Жиры-9,18, Углеводы-7.78	54-94
2	мясом (филе) <i>свекла, картофель, яйцо столовое, куриные грудки филе, сметана 15%, масло растительное, томатная паста, сахар - песок, соль, укроп</i>	Калорийность-225,92, Белки-7,66, Жиры-6,33, Углеводы-34.64	25-63
50	Котлета из говядины <i>говядина 1 кат., хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, лук репчатый, соль</i>	Калорийность-61,41, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-15,18	5-87
150	Каша рассып.гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-68,15, Белки-2,2, Жиры-0,23, Углеводы-14.27	4-95
200/15	Чай с сахаром и лимоном <i>сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой</i>	Калорийность-682,49, Белки-24,61, Жиры-26,50, Углеводы-50,70	130-00
/7	Хлеб пшеничный		
29	Хлеб пшеничный		
Итого за Обед льготный			
Бухгалтер	Зав. производством	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