

МЕНЮ НА 2 МАРТА ШКОЛА №2

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
35/35	Гуляш из свинины 35/35 <small>свинина б/к (лопатка), лук репчатый, масло растительное, соль, томатная паста, мука пшеничная</small>	Калорийность-238,18, Белки-8,24, Жиры-21,85, Углеводы-2,09	69-00
100	Рис отварной 100 <small>крупа рисовая, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-153,54, Белки-2,54, Жиры-4,07, Углеводы-26,68	16-95
20	Огурец свежий	Калорийность-2,2, Белки-0,14, Жиры-0,02	6-63
200/15/7	Чай с сахаром и лимоном <small>сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой</small>	Калорийность-61,41, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-15,18	5-66
27	Батон нарезной	Калорийность-70,74, Белки-2,03, Жиры-0,78, Углеводы-13,88	5-76
Итого за Завтрак		Калорийность-526,07, Белки-13,01, Жиры-26,73, Углеводы-57,83	104-00
Завтрак льготный			
35/35	Гуляш из свинины 35/35 <small>свинина б/к (лопатка), лук репчатый, масло растительное, соль, томатная паста, мука пшеничная</small>	Калорийность-238,18, Белки-8,24, Жиры-21,85, Углеводы-2,09	69-00
100	Рис отварной 100 <small>крупа рисовая, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-153,54, Белки-2,54, Жиры-4,07, Углеводы-26,68	16-95
15	Огурец свежий	Калорийность-1,65, Белки-0,11, Жиры-0,02	4-97
200	Чай с сахаром <small>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</small>	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	3-83
100	Апельсин	Калорийность-43, Белки-0,9, Жиры-0,2, Углеводы-8,1	20-53
31	Хлеб пшеничный	Калорийность-72,85, Белки-2,36, Жиры-0,25, Углеводы-15,25	4-72
Итого за Завтрак льготный		Калорийность-568,25, Белки-14,15, Жиры-26,39, Углеводы-67,09	120-00
Бухгалтер	Зав. производством	Директор школы	

МЕНЮ НА 2 МАРТА ШКОЛА №2

Обед			
250/20/10/2	Свекольник с яйцом , сметаной , зеленью <small>свекла, картофель, яйцо столовое, сметана 15%, масло растительное, томатная паста, сахар - песок, соль, укроп (зелень), лимон, кислота</small>	Калорийность-146,64, Белки-4,24, Жиры-8,96, Углеводы-12,17	25-06
60/50	Тефтели (свин.) в сметанно-томатном соусе без риса <small>соус сметанный с томатом, свинина б/к (лопатка), лук репчатый, хлеб пшеничный, масло растительное, соль, мука пшеничная</small>	Калорийность-264,78, Белки-7,58, Жиры-20,73, Углеводы-11,82	58-86
100	Каша перловая рассып. 100 <small>крупа перловая, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-131,08, Белки-3,11, Жиры-3,25, Углеводы-22,31	9-98
25	Помидор свежий	Калорийность-6, Белки-0,28, Жиры-0,05, Углеводы-0,95	8-75
200	Чай с сахаром <small>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</small>	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	3-83
25	Хлеб столичный	Калорийность-58, Белки-1,4, Жиры-0,27, Углеводы-12,35	3-52
Итого за Обед		Калорийность-665,53, Белки-16,61, Жиры-33,26, Углеводы-74,57	110-00
Обед льготный			
250/15/20/10/2	Свекольник с зеленью, яйцом, со сметаной, с мясом <small>свекла, картофель, яйцо столовое, куриные грудки филе, сметана 15%, масло растительное, томатная паста, сахар - песок, соль, зелень (укроп/петрушка), лимон, кислота</small>	Калорийность-182,2, Белки-6,97, Жиры-11,72, Углеводы-12,17	38-83
60/50	Тефтели (свин.) в сметанно-томатном соусе без риса <small>соус сметанный с томатом, свинина б/к (лопатка), лук репчатый, хлеб пшеничный, масло растительное, соль, мука пшеничная</small>	Калорийность-264,78, Белки-7,58, Жиры-20,73, Углеводы-11,82	58-86
150	Каша перловая рассып. 150 <small>крупа перловая, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-196,77, Белки-4,68, Жиры-4,88, Углеводы-33,49	14-93
15	Горошек зеленый порц.	Калорийность-6, Белки-0,47, Жиры-0,03, Углеводы-0,98	7-62
200/15/7	Чай с сахаром и лимоном <small>сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой</small>	Калорийность-61,41, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-15,18	5-66
29	Хлеб столичный	Калорийность-67,28, Белки-1,62, Жиры-0,32, Углеводы-14,33	4-10
Итого за Обед льготный		Калорийность-778,44, Белки-21,38, Жиры-37,69, Углеводы-87,97	130-00
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