

МЕНЮ НА 14 МАРТА ШКОЛА №2

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
50/60	Фрикадельки из филе кур. в соусе сметанном с томатом <i>50/60</i> <small>куриные грудки филе, молоко пастеризованное 2,5%, хлеб пшеничный, соль, соус сметанный с томатом</small>	Калорийность-119,03, Белки-8,14, Жиры-7,63, Углеводы-4,47	54-72
100	Каши гречневая рассыпчатая <small>крупа гречневая, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-150,61, Белки-5,11, Жиры-4,22, Углеводы-23,1	16-42
25	Огурец свежий	Калорийность-2,75, Белки-0,18, Жиры-0,03	8-29
200	Чай с сахаром <small>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</small>	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	3-83
100	Яблоко св.	Калорийность-47, Белки-0,03, Жиры-0,4, Углеводы-9,8	15-75
32	Хлеб пшеничный	Калорийность-75,2, Белки-2,43, Жиры-0,26, Углеводы-15,74	4-99
Итого за Завтрак		Калорийность-453,62, Белки-15,89, Жиры-12,54, Углеводы-68,08	104-00
<u>Завтрак льготный</u>			
40	Яйцо вареное 40	Калорийность-62,8, Белки-5,08, Жиры-4,6, Углеводы-0,28	16-58
50/60	Фрикадельки из филе кур. в соусе сметанном с томатом <i>50/60</i> <small>куриные грудки филе, молоко пастеризованное 2,5%, хлеб пшеничный, соль, соус сметанный с томатом</small>	Калорийность-119,03, Белки-8,14, Жиры-7,63, Углеводы-4,47	54-72
150	Каши гречневая рассыпчатая <i>150</i> <small>крупа гречневая, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-225,92, Белки-7,66, Жиры-6,33, Углеводы-34,64	24-64
30	Помидор свежий	Калорийность-7,2, Белки-0,33, Жиры-0,06, Углеводы-1,14	10-50
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
31	Хлеб пшеничный	Калорийность-72,85, Белки-2,36, Жиры-0,25, Углеводы-15,25	4-76
Итого за Завтрак льготный		Калорийность-548,48, Белки-23,68, Жиры-18,89, Углеводы-70,75	120-00
Бухгалтер _____	Зав. производством _____	Директор школы _____	

МЕНЮ НА 14 МАРТА ШКОЛА №2

<u>Обед</u>			
250/15/ 10/2	Щи из св. капусты с картоф., мясом(филе), сметаной, зеленью <small>капуста б/к, картофель, куриные грудки филе, лук репчатый, морковь, сметана 15%, масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка), томатная паста.</small>	Калорийность-87,12, Белки-2,18, Жиры-4,22, Углеводы-9,83	30-46
50/5	Печень , тушеная с луком <i>50/5</i> <small>печень говяжья замороженная, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная, соль</small>	Калорийность-183,81, Белки-11,82, Жиры-13,87, Углеводы-2,97	44-33
100	Пюре картофельное 100 <small>картофель, молоко пастеризованное 2,5%, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-100,12, Белки-2,16, Жиры-3,6, Углеводы-14,68	18-20
200	Компот из изюма <small>изюм, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</small>	Калорийность-115,23, Белки-0,46, Жиры-0,1, Углеводы-28,13	14-36
19	Хлеб столичный	Калорийность-44,08, Белки-1,06, Жиры-0,21, Углеводы-9,39	2-65
Итого за Обед		Калорийность-530,36, Белки-17,68, Жиры-22, Углеводы-65	110-00
<u>Обед льготный</u>			
250/15/ 10/2	Щи из св. капусты с картоф., мясом(филе), сметаной, зеленью <small>капуста б/к, картофель, куриные грудки филе, лук репчатый, морковь, сметана 15%, масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка), томатная паста.</small>	Калорийность-87,12, Белки-2,18, Жиры-4,22, Углеводы-9,83	30-46
50/5	Печень , тушеная с луком <i>50/5</i> <small>печень говяжья замороженная, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная, соль</small>	Калорийность-183,81, Белки-11,82, Жиры-13,87, Углеводы-2,97	44-33
150	Пюре картофельное 150 <small>картофель, молоко пастеризованное 2,5%, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-150,21, Белки-3,24, Жиры-5,41, Углеводы-22,03	27-40
15	Огурец свежий	Калорийность-1,65, Белки-0,11, Жиры-0,02	4-97
15	Помидор свежий	Калорийность-3,6, Белки-0,17, Жиры-0,03, Углеводы-0,57	5-25
200	Компот из изюма <small>изюм, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</small>	Калорийность-115,23, Белки-0,46, Жиры-0,1, Углеводы-28,13	14-36
23	Хлеб столичный	Калорийность-53,36, Белки-1,29, Жиры-0,25, Углеводы-11,36	3-23
Итого за Обед льготный		Калорийность-594,98, Белки-19,27, Жиры-23,9, Углеводы-74,89	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