

МЕНЮ НА 30 МАРТА ШКОЛА №2

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
40	Салат из кваш. капусты с зел. луком <i>капуста квашеная, лук зеленый (перо), сахар - песок, масло растительное, петрушка (зелень)</i>	Калорийность-34,53, Белки-0,66, Жиры-2,04, Углеводы-3,15	17-76
50	Котлета "Заводская" (гов.,филе) 50 <i>говядина 1 кат., куриные грудки филе, лук репчатый, хлеб пшеничный, сухари папировочные, масло растительное, соль</i>	Калорийность-170,06, Белки-8,45, Жиры-11,19, Углеводы-8,82	54-06
100	Пюре картофельное 100 <i>картофель, молоко пастеризованное 2,5%, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-100,12, Белки-2,16, Жиры-3,6, Углеводы-14,68	18-20
200	Напиток яблочный <i>яблоки, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</i>	Калорийность-107,51, Белки-0,01, Жиры-0,1, Углеводы-26,4	9-58
29	Хлеб пшеничный	Калорийность-68,15, Белки-2,2, Жиры-0,23, Углеводы-14,27	4-40
Итого за Завтрак		Калорийность-480,37, Белки-13,48, Жиры-17,16, Углеводы-67,32	104-00
<u>Завтрак льготный</u>			
55	Салат из кваш. капусты с зел. луком <i>капуста квашеная, лук зеленый (перо), сахар - песок, масло растительное, петрушка (зелень)</i>	Калорийность-47,48, Белки-0,9, Жиры-2,81, Углеводы-4,33	24-43
50	Котлета "Заводская" (гов.,филе) 50 <i>говядина 1 кат., куриные грудки филе, лук репчатый, хлеб пшеничный, сухари папировочные, масло растительное, соль</i>	Калорийность-170,06, Белки-8,45, Жиры-11,19, Углеводы-8,82	54-06
150	Пюре картофельное 150 <i>картофель, молоко пастеризованное 2,5%, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-150,21, Белки-3,24, Жиры-5,41, Углеводы-22,03	27-40
200	Напиток яблочный <i>яблоки, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</i>	Калорийность-107,51, Белки-0,01, Жиры-0,1, Углеводы-26,4	9-58
29	Хлеб пшеничный	Калорийность-68,15, Белки-2,2, Жиры-0,23, Углеводы-14,27	4-53
Итого за Завтрак льготный		Калорийность-543,41, Белки-14,8, Жиры-19,74, Углеводы-75,85	120-00
Бухгалтер	Зав. производством	Директор школы	

МЕНЮ НА 30 МАРТА ШКОЛА №2

<u>Обед</u>			
250/2	Суп картофельный с крупой (рис) с зеленью <i>картофель, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло растительное, соль, укроп (зелень)</i>	Калорийность-106,17, Белки-2,17, Жиры-2,99, Углеводы-17,56	14-03
35/35	Гуляш из свинины 35/35 <i>свинина б/к (лопатка), лук репчатый, масло растительное, соль, томатная паста, мука пшеничная</i>	Калорийность-238,18, Белки-8,24, Жиры-21,85, Углеводы-2,09	69-00
100	Каша перловая рассып.100 <i>крупа перловая, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-131,08, Белки-3,11, Жиры-3,25, Углеводы-22,31	9-98
200	Напиток грушевый <i>груша, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</i>	Калорийность-107,77, Белки-0,1, Жиры-0,08, Углеводы-26,58	13-06
28	Хлеб столичный	Калорийность-64,96, Белки-1,57, Жиры-0,31, Углеводы-13,83	3-93
Итого за Обед		Калорийность-648,16, Белки-15,19, Жиры-28,48, Углеводы-82,37	110-00
<u>Обед льготный</u>			
250/15/2	Суп картофельный с крупой (рис) с мясом (филе), с зеленью <i>картофель, куриные грудки филе, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло растительное, петрушка (зелень)</i>	Калорийность-137,98, Белки-4,96, Жиры-5,29, Углеводы-17,56	27-38
35/35	Гуляш из свинины 35/35 <i>свинина б/к (лопатка), лук репчатый, масло растительное, соль, томатная паста, мука пшеничная</i>	Калорийность-238,18, Белки-8,24, Жиры-21,85, Углеводы-2,09	69-00
150	Каша перловая рассып.150 <i>крупа перловая, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-196,77, Белки-4,68, Жиры-4,88, Углеводы-33,49	14-93
200	Напиток грушевый <i>груша, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</i>	Калорийность-107,77, Белки-0,1, Жиры-0,08, Углеводы-26,58	13-06
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-1,52, Жиры-0,16, Углеводы-9,84	3-11
18	Хлеб столичный	Калорийность-41,76, Белки-1,01, Жиры-0,2, Углеводы-8,89	2-52
Итого за Обед льготный		Калорийность-769,46, Белки-20,51, Жиры-32,46, Углеводы-98,45	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