

МЕНЮ НА 2 ДЕКАБРЯ ШКОЛА №2

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак льготный</u>			
150/20/ 5	Макаронны отварные с сыром 150 <i>макаронные изделия, сыр твердый, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-328,81, Белки-11,44, Жиры-14,82, Углеводы-37,09	60-26
200	Чай с сахаром <i>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</i>	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	3-96
100	Мандарины	Калорийность-38, Белки-0,8, Жиры-0,2, Углеводы-7,5	53-18
30	Батон нарезной	Калорийность-78,6, Белки-2,25, Жиры-0,87, Углеводы-15,42	7-60
Итого за Завтрак льготный		Калорийность-504,44, Белки-14,49, Жиры-15.89. Углеводы-74.98	125-00
<u>Обед льготный</u>			
250/2	Суп картоф. с бобовыми(горох) с зеленью <i>картофель, горох илиф., лук репчатый, морковь, масло растительное, соль, петрушка (зелень)</i>	Калорийность-141,55, Белки-5,49, Жиры-5,14, Углеводы-18,25	15-52
50	Шницель из свинины 50 <i>свинина б/к (лопатка), хлеб пшеничный, сухари панировочные, лук репчатый, масло растительное, соль</i>	Калорийность-202,91, Белки-6,65, Жиры-16, Углеводы-7,99	65-51
180	Каша рассып. гречневая 180 <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-271,1, Белки-9,19, Жиры-7,6, Углеводы-41,57	27-88
15	Помидор свежий	Калорийность-3,6, Белки-0,17, Жиры-0,03, Углеводы-0,57	7-57
200	Компот из свежих яблок <i>яблоки, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</i>	Калорийность-114,56, Белки-0,01, Жиры-0,16, Углеводы-27,87	14-74
22	Хлеб столичный	Калорийность-60,57, Белки-1,23, Жиры-0,24, Углеводы-10,87	3-78
Итого за Обед льготный		Калорийность-794,29, Белки-22,74, Жиры-29.17. Углеводы-107.12	135-00
Бухгалтер	Зав. производством	Директор школы	

МЕНЮ НА 2 ДЕКАБРЯ ШКОЛА №2**Сотрудники**

100	Салат из пекин.капусты с перцем сладким, зел.лук. <i>капуста пекинская, перец сладкий, сахар - песок, масло растительное, петрушка (зелень), лук зеленый (перо), соль йодированная, лимон. кислота</i>	Калорийность-80,43, Белки-1,11, Жиры-5,17, Углеводы-7,19	43-73
250/15/ 2	Суп картоф. с бобовыми(горох) с мясом(филе кур),зеленью <i>картофель, горох илиф., куриные грудки филе, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль, петрушка (зелень)</i>	Калорийность-186,44, Белки-8,59, Жиры-8,22, Углеводы-19,44	34-15
50/50	Биточки тушеные с овощами (свин.)50/50 <i>свинина б/к (лопатка), морковь, лук репчатый, сметана 15%, масло сливочное, мука пшеничная, огурцы соленые, соль, масло растительное, томатная паста.</i>	Калорийность-284,24, Белки-8,6, Жиры-25,16, Углеводы-5,66	104-85
110	Котлета "Пожарская"	Калорийность-347,64, Белки-16,65, Жиры-22,59, Углеводы-19,46	106-35

	<i>куриные грудки филе, батон нарезной, хлеб пшеничный, яйцо столовое, масло растительное, соль</i>	Калорийность-202,91, Белки-6,65, Жиры-16, Углеводы-7,99	65-51
50	Шницель из свинины 50		
	<i>свинина б/к (лопатка), хлеб пшеничный, сухари панировочные, лук репчатый, масло растительное, соль</i>	Калорийность-253,91, Белки-13,87, Жиры-20,53, Углеводы-3,39	93-84
80	Филе куриное "Забава" 80		
	<i>куриные грудки филе, масло растительное, сыр полутвердый 45%, яйцо столовое, мука пшеничная, соль</i>	Калорийность-225,92, Белки-7,66, Жиры-6,33, Углеводы-34,64	23-23
150	Каша рассып. гречневая 150		
	<i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-150,21, Белки-3,24, Жиры-5,41, Углеводы-22,03	29-81
150	Пюре картофельное 150		
	<i>картофель, молоко пастеризованное 2,5%, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-216,72, Белки-5,8, Жиры-5,01, Углеводы-37,05	17-67
150	Макаронны отварные 150		
	<i>макаронные изделия, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-328,81, Белки-11,44, Жиры-14,82, Углеводы-37,09	60-26
150/20/5	Макаронны отварные с сыром 150		
	<i>макаронные изделия, сыр твердый, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-114,56, Белки-0,01, Жиры-0,16, Углеводы-27,87	14-74
200	Компот из свежих яблок		
	<i>яблоки, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</i>	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	3-96
200	Чай с сахаром		
	<i>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</i>	Калорийность-61,41, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-15,18	6-69
200/15/7	Чай с сахаром и лимоном		
	<i>сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой</i>	Калорийность-2,38, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-0,21	2-73
7	Лимон порц.		
	<i>Калорийность-92, Белки-1, Жиры-0,2, Углеводы-20,2</i>		43-10
200	Сок фруктовый 0,2		
	<i>Калорийность-282,21, Белки-11,82, Жиры-11,68, Углеводы-32,13</i>		60-27
100	Пицца школьная с ветчиной		
	<i>тесто дрожжевое для ватрушек, пирогов, кулебяк и др., помидоры свежие, ветчина в оболочке, сыр твердый, томатная паста., зелень (укроп/петрушка), мука пшеничная, яйцо столовое, масло растительное</i>	Калорийность-296,98, Белки-10,3, Жиры-15,35, Углеводы-29,44	40-55
50/50	Сосиска в тесте запеченная 50/50		
	<i>тесто дрожжевое для ватрушек, пирогов, кулебяк и др., сосиски, яйцо столовое, мука пшеничная, масло растительное</i>	Калорийность-192,66, Белки-4,91, Жиры-2,72, Углеводы-37,17	21-81
75	Пирожок печеный с яблоком и джемом 75		
	<i>тесто дрожжевое для ватрушек, пирогов, кулебяк и др., фарш яблоко-джем, мука пшеничная, яйцо столовое, масло растительное</i>	Калорийность-316,2, Белки-8,04, Жиры-8,17, Углеводы-52,71	41-05
75/15	Булочка в шоколаде 75/15		
	<i>мука пшеничная, шоколад молочный, сахар - песок, масло сливочное, соль, дрожжи сухие, масло растительное</i>	Калорийность-221,02, Белки-5,79, Жиры-4,93, Углеводы-38,35	20-22
75	Ватрушка со сметаной		
	<i>тесто дрожжевое для ватрушек, пирогов, кулебяк и др., сметана 15%, мука пшеничная, сахар - песок, яйцо столовое, масло растительное</i>	Калорийность-196,47, Белки-5,86, Жиры-5,4, Углеводы-31,2	26-32
50	Коржик творожный		
	<i>мука пшеничная, сахар - песок, творог, масло сливочное, яйцо столовое, сода, ванилин</i>	Калорийность-70,5, Белки-2,28, Жиры-0,24, Углеводы-14,76	5-50
30	Хлеб пшеничный		
	<i>Калорийность-82,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82</i>		5-03
30	Хлеб столичный		
	<i>Калорийность-78,6, Белки-2,25, Жиры-0,87, Углеводы-15,42</i>		7-61
30	Батон нарезной		

Бухгалтер

Зав.
производством

Директор
школы

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 266592536671298867531651571396054376186336388985

Владелец Герасимчук Надежда Николаевна

Действителен с 07.04.2024 по 07.04.2025