

МЕНЮ НА 30 ЯНВАРЯ ШКОЛА №2

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак льготный</u>			
50	Котлета "Заводская" 50 <i>свинина б/к (лопатка), куриные грудки филе, лук репчатый, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль</i>	Калорийность-208,21, Белки-7,69, Жиры-15,69, Углеводы-8,97	64-50
150	Макаронны отварные 150 <i>макаронные изделия, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-216,72, Белки-5,8, Жиры-5,01, Углеводы-37,05	19-43
200/15/ 7	Чай с сахаром и лимоном <i>сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой</i>	Калорийность-61,41, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-15,18	6-70
70	Апельсин	Калорийность-30,1, Белки-0,63, Жиры-0,14, Углеводы-5,67	27-85
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-70,5, Белки-2,28, Жиры-0,24, Углеводы-14,76	6-52
Итого за Завтрак льготный		Калорийность-586,94, Белки-16,46, Жиры-21,09. Углеводы-81,63	125-00
<u>Обед льготный</u>			
250/10/ 2	Свекольник со сметаной, зеленью <i>свекла, картофель, сметана 15%, масло растительное, томатная паста., сахар - песок, соль, зелень (укроп/петрушка), лимон. кислота</i>	Калорийность-106,96, Белки-1,58, Жиры-6,19, Углеводы-11,17	19-63
38/25	Колбаски "По-домашнему" <i>свинина б/к (лопатка), лук репчатый, мука пшеничная, масло растительное, томатная паста., соль</i>	Калорийность-195,4, Белки-6,46, Жиры-17,05. Углеводы-3,96	70-69
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	35-14
200	Чай с сахаром <i>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</i>	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	3-66
30	Хлеб столичный	Калорийность-82,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82	5-88
Итого за Обед льготный		Калорийность-594,2, Белки-12,96, Жиры-28,98. Углеводы-66,95	135-00
Бухгалтер	Зав. производством	Директор школы	

МЕНЮ НА 30 ЯНВАРЯ 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	44-89
250/15/ 20/10/2	Свекольник с мясом(филе кур), яйцом, сметаной, зелень <i>свекла, картофель, яйцо столовое, куриные грудки филе, сметана 15%, масло растительное, томатная паста., сахар - песок, соль, зелень (укроп/петрушка), лимон. кислота</i>	Калорийность-182,2, Белки-6,97, Жиры-11,72, Углеводы-12,17	50-49
108/50	Голубцы с мясом и рисом в соусе смет.- томат. (свин.) <i>капуста б/к, свинина б/к (лопатка), сметана 15%, лук репчатый, крупа рисовая, мука пшеничная, соль, масло растительное, томатная паста., масло сливочное</i>	Калорийность-252,27, Белки-8,23, Жиры-19,2, Углеводы-11,32	89-74
50	Котлета "Заводская" 50	Калорийность-208,21, Белки-7,69, Жиры-15,69, Углеводы-8,97	64-50

свинина б/к (лопатка), куриные грудки филе, лук репчатый, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль

110	Котлета "Пожарская"	Калорийность-347,64, Белки-16,65, Жиры-22,59, Углеводы-19,46	97-43
38/25	Колоаски "110-оомаинему" 38/25	куриные грудки филе, батон нарезной, хлеб пшеничный, яйцо столовое, масло растительное, соль Калорийность-195,4, Белки-6,46, Жиры-17,05, Углеводы-3,96	70-69
80	Отбивная из птицы (филе кур.) 80	свинина б/к (лопатка), лук репчатый, мука пшеничная, масло растительное, томатная паста., соль Калорийность-279,25, Белки-13,26, Жиры-20,48, Углеводы-10,4	80-33
150	Пюре картофельное 150	куриные грудки филе, сухари панировочные, масло растительное, яйцо столовое, соль, мука пшеничная, чеснок Калорийность-150,21, Белки-3,24, Жиры-5,41, Углеводы-22,03	35-14
150	Макаронны отварные 150	картофель, молоко пастеризованное 2,5%, масло сливочное, соль Калорийность-216,72, Белки-5,8, Жиры-5,01, Углеводы-37,05	19-43
150/20/5	Макаронны отварные с сыром 150	макаронные изделия, масло сливочное, соль Калорийность-328,81, Белки-11,44, Жиры-14,82, Углеводы-37,09	64-58
200	Напиток апельсиновый	макаронные изделия, сыр твердый, масло сливочное, соль Калорийность-102,1, Белки-0,13, Жиры-0,03, Углеводы-25,15	13-02
200	Чай с сахаром	сахар - песок, апельсин, лимон, кислота, аскорбиновая кислота Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	3-66
200/15/7	Чай с сахаром и лимоном	сахар - песок, чай черный крупнолистовой Калорийность-61,41, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-15,18	6-70
7	Лимон порц.	сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой Калорийность-2,38, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-0,21	3-03
200	Напиток 0,2 с/с в ассортименте	Калорийность-92, Белки-1, Жиры-0,2, Углеводы-20,2	38-42
200	Сок фруктовый 0,2	Калорийность-92, Белки-1, Жиры-0,2, Углеводы-20,2	43-10
80	Беляш с мясом печеный (свин.) 80	Калорийность-233,96, Белки-8,61, Жиры-13,09, Углеводы-20,42	68-36
50/50	Сосиска в тесте запеченная 50/50	свинина б/к (лопатка), мука пшеничная, молоко пастеризованное 2,5%, лук репчатый, соль, сахар - песок, дрожжи сухие, масло растительное Калорийность-296,98, Белки-10,3, Жиры-15,35, Углеводы-29,44	42-07
75/15	Булочка в шоколаде 75/15	тесто дрожжевое для ватрушек, пирогов, кулебяк и др., сосиски, яйцо столовое, мука пшеничная, масло растительное Калорийность-316,2, Белки-8,04, Жиры-8,17, Углеводы-52,71	46-02
75	Пирожок печеный с яблоком и джемом 75	мука пшеничная, шоколад молочный, сахар - песок, масло сливочное, соль, дрожжи сухие, масло растительное Калорийность-192,66, Белки-4,91, Жиры-2,72, Углеводы-37,17	23-46
100/2	Конвертик с творогом и изюмом	тесто дрожжевое для ватрушек, пирогов, кулебяк и др., фарш яблоко-джем, мука пшеничная, яйцо столовое, масло растительное Калорийность-299,37, Белки-10,08, Жиры-7,32, Углеводы-46,12	37-71
30	Хлеб пшеничный	мука пшеничная, молоко пастеризованное 2,5%, творог, изюм, сахар - песок, масло растительное, сахарная пудра, яйцо столовое, соль, дрожжи сухие, ванилин Калорийность-70,5, Белки-2,28, Жиры-0,24, Углеводы-14,76	6-55
30	Хлеб столичный	Калорийность-82,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82	5-97
30	Батон нарезной	Калорийность-78,6, Белки-2,25, Жиры-0,87, Углеводы-15,42	9-24

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