

МЕНЮ НА 4 ФЕВРАЛЯ ШКОЛА №2

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания |
|----------------------------------|---|--|----------------------|
| <u>Завтрак льготный</u> | | | |
| 200/10 | Каша вязкая рисовая молочная с маслом <i>молоко пастеризованное 2,5%, крупа рисовая, масло сливочное, сахар - песок, соль</i> | Калорийность-299,26, Белки-6,03, Жиры-11,19, Углеводы-43,43 | 54-43 |
| 200 | Какао растворимый с молоком <i>молоко 2.5% ультрапастеризованное, какао растворимый, сахар - песок</i> | Калорийность-138,95, Белки-5,8, Жиры-4,6, Углеводы-18,13 | 29-59 |
| 60 | Мандарины | Калорийность-22,8, Белки-0,48, Жиры-0,12, Углеводы-4,5 | 31-90 |
| 30 | Батон нарезной | Калорийность-78,6, Белки-2,25, Жиры-0,87, Углеводы-15,42 | 9-08 |
| Итого за Завтрак льготный | | Калорийность-539,61, Белки-14,56, Жиры-16,78. Углеводы-81,48 | 125-00 |
| <u>Обед льготный</u> | | | |
| 250/10/ 2 | Суп из овощей со сметаной, зеленью <i>картофель, капуста б/к, морковь, лук репчатый, сметана 15%, горошек зеленый., масло растительное, соль, петрушка (зелень)</i> | Калорийность-90,68, Белки-1,75, Жиры-4,73, Углеводы-10,42 | 25-79 |
| 60/50 | Тефтели (свин.) в смет.с томатом соусе <i>соус сметанный с томатом, свинина б/к (лопатка), лук репчатый, хлеб пшеничный, масло растительное, соль, мука пшеничная</i> | Калорийность-264,78, Белки-7,58, Жиры-20,73, Углеводы-11,82 | 78-75 |
| 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 |
| 22 | Хлеб столичный | Калорийность-60,57, Белки-1,23, Жиры-0,24, Углеводы-10,87 | 4-33 |
| Итого за Обед льготный | | Калорийность-694,16, Белки-16,42, Жиры-30,72. Углеводы-85,34 | 135-00 |
| Бухгалтер | Зав. производством | Директор школы | |

МЕНЮ НА 4 ФЕВРАЛЯ ШКОЛА №2**Сотрудники**

| | | | |
|-----------------|--|---|--------------|
| 100 | Салат из кваш. капусты с зел. луком, зел. <i>капуста квашеная, лук зеленый (перо), сахар - песок, масло растительное, петрушка (зелень)</i> | Калорийность-86,33, Белки-1,64, Жиры-5,1, Углеводы-7,87 | 50-22 |
| 250/15/ 10/2 | Суп из овощей с мясом(филе кур), сметаной, зеленью <i>картофель, капуста б/к, куриные грудки филе, лук репчатый, сметана 15%, морковь, горошек зеленый., масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка)</i> | Калорийность-150,25, Белки-4,86, Жиры-9,41, Углеводы-11,36 | 43-02 |
| 200/10 | Каша вязкая рисовая молочная с маслом <i>молоко пастеризованное 2,5%, крупа рисовая, масло сливочное, сахар - песок, соль</i> | Калорийность-299,26, Белки-6,03, Жиры-11,19, Углеводы-43,43 | 54-43 |
| 60/50 | Тефтели (свин.) в смет.с томатом соусе | Калорийность-264,78, Белки-7,58, Жиры-20,73, Углеводы-11,82 | 78-75 |

соус сметанный с томатом, свинина б/к (лопатка), лук репчатый, хлеб пшеничный, масло растительное, соль, мука пшеничная

| | | | |
|----------|--|--|--------|
| 108/50 | Голубцы "Любительские" в смет.- томат. соусе (свин.) <i>капуста б/к, свинина б/к (лопатка), сметана 15%, лук репчатый, масло растительное, крупа рисовая, мука пшеничная, соль, томатная паста., масло сливочное, яйцо столовое</i> | Калорийность-319,76, Белки-9,74, Жиры-26,17, Углеводы-11,01 | 108-48 |
| 110 | Котлета "Пожарская" <i>куриные грудки филе, батон нарезной, хлеб пшеничный, яйцо столовое, масло растительное, соль</i> | Калорийность-347,64, Белки-16,65, Жиры-22,59, Углеводы-19,46 | 97-43 |
| 80 | Филе куриное "Забава"80 <i>куриные грудки филе, масло растительное, сыр полутвердый 45%, яйцо столовое, мука пшеничная, соль</i> | Калорийность-253,91, Белки-13,87, Жиры-20,53, Углеводы-3,39 | 84-95 |
| 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 |
| 150 | Макароны отварные 150 <i>макаронные изделия, масло сливочное, соль</i> | Калорийность-216,72, Белки-5,8, Жиры-5,01, Углеводы-37,05 | 19-43 |
| 150/20/5 | Макароны 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 | 64-58 |
| 200 | Напиток яблочный <i>яблоки, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</i> | Калорийность-107,51, Белки-0,01, Жиры-0,1, Углеводы-26,4 | 11-64 |
| 200 | Чай с сахаром <i>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</i> | Калорийность-59,03, Углеводы-14,97 | 3-66 |
| 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 |
| 7 | Лимон порц. | 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 |
| 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-282,21, Белки-11,82, Жиры-11,68, Углеводы-32,13 | 61-91 |
| 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-296,98, Белки-10,3, Жиры-15,35, Углеводы-29,44 | 42-07 |
| 75 | Пирожок печеный с капустой и мясом(свин.) <i>тесто дрожжевое для ватрушек, пирогов, кулебяк и др., фарш из св.капусты и мяса (свин.), мука пшеничная, яйцо столовое, масло растительное</i> | Калорийность-236,85, Белки-7,35, Жиры-9,6, Углеводы-30,28 | 45-41 |
| 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-221,02, Белки-5,79, Жиры-4,93, Углеводы-38,35 | 21-54 |
| 75/15 | Булочка в шоколаде 75/15 <i>мука пшеничная, шоколад молочный, сахар - песок, масло сливочное, соль, дрожжи сухие, масло растительное</i> | Калорийность-316,2, Белки-8,04, Жиры-8,17, Углеводы-52,71 | 46-02 |
| 30 | Хлеб пшеничный | 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