

**МЕНЮ НА 5 ФЕВРАЛЯ ШКОЛА №2**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b><u>Завтрак льготный</u></b>			
25	<b>Ветчина порц</b>	Калорийность-93,25, Белки-4,28, Жиры-8,45, Углеводы-0,05	<b>17-90</b>
100/20	<b>Запеканка из творога с морковью и сгущенным молоком</b> <small>творог, молоко сгущенное, морковь, молоко 2.5% ультрапастеризованное, сахар - песок, крупа манная, яйцо столовое, масло растительное, сухари панировочные, сметана 15%</small>	Калорийность-302,37, Белки-15,74, Жиры-10,17, Углеводы-36,2	<b>67-07</b>
200/15/ 7	<b>Чай с сахаром и лимоном</b> <small>сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой</small>	Калорийность-61,41, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-15,18	<b>6-70</b>
100	<b>Яблоко св.</b>	Калорийность-47, Белки-0,03, Жиры-0,4, Углеводы-9,8	<b>25-35</b>
37	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-86,95, Белки-2,81, Жиры-0,3, Углеводы-18,2	<b>7-98</b>
<b>Итого за Завтрак льготный</b>		Калорийность-590,98, Белки-22,92, Жиры-19.33. Углеводы-79.43	<b>125-00</b>
<b><u>Обед льготный</u></b>			
250/10/ 2	<b>Щи из квашеной капусты со сметаной, зеленью</b> <small>капуста квашеная, картофель, морковь, лук репчатый, сметана 15%, масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка), мука пшеничная, томатная паста., чеснок</small>	Калорийность-109,72, Белки-2,42, Жиры-6,72, Углеводы-9,33	<b>44-52</b>
50	<b>Биточки рубленые из птицы (филе кур.)</b> <small>куриные грудки филе, молоко пастеризованное 2,5%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль</small>	Калорийность-161,7, Белки-8,47, Жиры-10,31, Углеводы-8,69	<b>49-73</b>
150	<b>Каша перловая рассып.</b> <small>крупа перловая, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-196,77, Белки-4,68, Жиры-4,88, Углеводы-33,49	<b>18-52</b>
20	<b>Огурец свежий</b>	Калорийность-2,2, Белки-0,14, Жиры-0,02	<b>9-03</b>
200	<b>Напиток лимонный</b> <small>сахар - песок, лимон</small>	Калорийность-100,66, Белки-0,13, Жиры-0,01, Углеводы-24,38	<b>10-26</b>
15	<b>Хлеб столичный</b>	Калорийность-41,3, Белки-0,84, Жиры-0,17, Углеводы-7,41	<b>2-94</b>
<b>Итого за Обед льготный</b>		Калорийность-612,35, Белки-16,68, Жиры-22.11. Углеводы-83.3	<b>135-00</b>
Бухгалтер	Зав. производством	Директор школы	

**МЕНЮ НА 5 ФЕВРАЛЯ ШКОЛА №2****Сотрудники**

100/2	<b>Салат из пекин.капусты со св.огурцом,зел.луком</b> <small>капуста пекинская, огурцы свежие, масло растительное, лимон. кислота, сахар - песок, зелень (укроп/петрушка), лук зеленый (перо), соль йодированная</small>	Калорийность-70,15, Белки-1,09, Жиры-5,17, Углеводы-3,92	<b>49-88</b>
250/10/ 10/2	<b>Щи из кваш.капусты с картоф., мясом (филе кур),сметаной,зеленью</b> <small>капуста квашеная, картофель, морковь, лук репчатый, куриные грудки филе, сметана 15%, масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка), мука пшеничная, томатная паста., чеснок</small>	Калорийность-157,32, Белки-6,06, Жиры-10,4, Углеводы-9,33	<b>55-91</b>

100/20	<b>Запеканка из творога с морковью и сгущенным молоком</b> <i>творог, молоко сгущенное, морковь, молоко 2.5% ультрапастеризованное, сахар - песок, крупа манная, яйцо столовое, масло растительное, сухари панировочные, сметана 15%</i>	Калорийность-302,37, Белки-15,74, Жиры-10,17, Углеводы-36,2	67-07
50	<b>Биточки рубленые из птицы (филе кур.)</b> <i>куриные грудки филе, молоко пастеризованное 2,5%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль</i>	Калорийность-161,7, Белки-8,47, Жиры-10,31, Углеводы-8,69	49-73
50/50	<b>Биточки тушеные с овощами (свин.)</b> <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	109-23
80	<b>Филе куриное "Забава"</b> <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
110	<b>Котлета "Пожарская"</b> <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
150	<b>Пюре картофельное</b> <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	<b>Каша перловая рассып.</b> <i>крупа перловая, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-196,77, Белки-4,68, Жиры-4,88, Углеводы-33,49	18-52
150	<b>Макароны отварные</b> <i>макаронные изделия, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-216,72, Белки-5,8, Жиры-5,01, Углеводы-37,05	19-43
150/20/ 5	<b>Макароны отварные с сыром</b> <i>макаронные изделия, сыр твердый, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-328,81, Белки-11,44, Жиры-14,82, Углеводы-37,09	64-58
200	<b>Напиток лимонный</b> <i>сахар - песок, лимон</i>	Калорийность-100,66, Белки-0,13, Жиры-0,01, Углеводы-24,38	10-26
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</i>	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	3-66
200/15/ 7	<b>Чай с сахаром и лимоном</b> <i>сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой</i>	Калорийность-61,41, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-15,18	6-70
7	<b>Лимон порц.</b>	Калорийность-2,38, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-0,21	3-03
200	<b>Напиток 0,2 с/с в ассортименте</b>	Калорийность-92, Белки-1, Жиры-0,2, Углеводы-20,2	38-42
100	<b>Пицца школьная с ветчиной</b> <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	<b>Сосиска в тесте запеченная</b> <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	<b>Пирожок печеный с зеленым луком и яйцом</b> <i>тесто дрожжевое для ватрушек, пирогов, кулебяк и др., фарш из зеленого лука с яйцом, мука пшеничная, яйцо столовое, масло растительное</i>	Калорийность-177,14, Белки-5,42, Жиры-3,9, Углеводы-30,08	35-65
75	<b>Ватрушка с джемом</b> <i>тесто дрожжевое для ватрушек, пирогов, кулебяк и др., джем, мука пшеничная, яйцо столовое, масло растительное</i>	Калорийность-242,4, Белки-4,97, Жиры-2,59, Углеводы-50,8	23-40

<b>100/2</b>	<b>Конвертик с творогом и изюмом</b> <i>мука пшеничная, молоко пастеризованное 2,5%, творог, изюм, сахар - песок, масло растительное, сахарная пудра, яйцо столовое, соль, дрожжи сухие, ванилин</i>	Калорийность-299,37, Белки-10,08, Жиры-7,32, Углеводы-46,12	<b>37-71</b>
<b>30</b>	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-70,5, Белки-2,28, Жиры-0,24, Углеводы-14,76	<b>6-55</b>
<b>30</b>	<b>Хлеб столичный</b>	Калорийность-82,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82	<b>5-97</b>
<b>30</b>	<b>Батон нарезной</b>	Калорийность-78,6, Белки-2,25, Жиры-0,87, Углеводы-15,42	<b>9-24</b>

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