

**МЕНЮ НА 6 ФЕВРАЛЯ ШКОЛА №2**

| Выход (г)                        | Наименование блюда                                                                                                                                                                                          | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания |
|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| <b><u>Завтрак льготный</u></b>   |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                |                      |
| 200/10                           | <b>Каша вязкая молочная<br/>пшеничная с маслом</b><br><small>молоко пастеризованное 2,5%, крупа пшено, масло сливочное, сахар - песок, соль</small>                                                         | Калорийность-289,97, Белки-7,57, Жиры-12,09, Углеводы-37,51                    | 47-68                |
| 200                              | <b>Кофейный напиток с</b><br><small>молоко пастеризованное 2,5%, сахар - песок, кофейный напиток растворимый</small>                                                                                        | Калорийность-151,6, Белки-3,35, Жиры-2,5, Углеводы-26,76                       | 26-51                |
| 80                               | <b>Мандарины</b>                                                                                                                                                                                            | Калорийность-30,4, Белки-0,64, Жиры-0,16, Углеводы-6                           | 42-54                |
| 38                               | <b>Хлеб пшеничный</b>                                                                                                                                                                                       | Калорийность-89,3, Белки-2,89, Жиры-0,3, Углеводы-18,7                         | 8-27                 |
| <b>Итого за Завтрак льготный</b> |                                                                                                                                                                                                             | Калорийность-561,27, Белки-14,45, Жиры-15,05, Углеводы-88,97                   | 125-00               |
| <b><u>Обед льготный</u></b>      |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                |                      |
| 250/10/<br>2                     | <b>Рассольник ленинградский<br/>со сметаной, зеленью</b><br><small>картофель, огурцы соленые, морковь, сметана 15%, крупа перловая, лук репчатый, масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка)</small> | Калорийность-142,95, Белки-2,6, Жиры-6,9, Углеводы-17,41                       | 29-07                |
| 50                               | <b>Биточек из свинины 50</b><br><small>свинина б/к (лопатка), хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, масло растительное, соль</small>                                                           | Калорийность-202,91, Белки-6,65, Жиры-16, Углеводы-7,99                        | 66-78                |
| 150                              | <b>Каша рассып. гречневая 150</b><br><small>крупа гречневая, масло сливочное, соль</small>                                                                                                                  | Калорийность-225,92, Белки-7,66, Жиры-6,33, Углеводы-34,64                     | 22-33                |
| 35                               | <b>Соус сметанный с томатом 35</b><br><small>сметана 15%, томатная паста., мука пшеничная, соль</small>                                                                                                     | Калорийность-26,51, Белки-0,68, Жиры-1,35, Углеводы-2,81                       | 6-39                 |
| 200/15/<br>7                     | <b>Чай с сахаром и лимоном</b><br><small>сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой</small>                                                                                                            | Калорийность-61,41, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-15,18                      | 6-70                 |
| 19                               | <b>Хлеб столичный</b>                                                                                                                                                                                       | Калорийность-52,31, Белки-1,06, Жиры-0,21, Углеводы-9,39                       | 3-73                 |
| <b>Итого за Обед льготный</b>    |                                                                                                                                                                                                             | Калорийность-712,01, Белки-18,71, Жиры-30,8, Углеводы-87,42                    | 135-00               |
| Бухгалтер                        | Зав.<br>производством                                                                                                                                                                                       | Директор<br>школы                                                              |                      |

**МЕНЮ НА 6 ФЕВРАЛЯ ШКОЛА №2****Сотрудники**

|                 |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                             |       |
|-----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-------|
| 100             | <b>Салат из пекин.капусты с<br/>перцем сладким, зел.лук.</b><br><small>капуста пекинская, перец сладкий, сахар - песок, масло растительное, петрушка (зелень), лук зеленый (перо), соль йодированная, лимон. кислота</small>                                     | Калорийность-80,43, Белки-1,11, Жиры-5,17, Углеводы-7,19    | 44-89 |
| 250/15/<br>10/2 | <b>Рассольник ленинградский с<br/>мясом (филе<br/>кур), сметаной, зеленью 250/15<br/>/10/2</b><br><small>картофель, огурцы соленые, куриные грудки филе, морковь, сметана 15%, крупа перловая, лук репчатый, масло растительное, соль, петрушка (зелень)</small> | Калорийность-178,65, Белки-5,33, Жиры-9,66, Углеводы-17,41  | 45-12 |
| 200/10          | <b>Каша вязкая молочная<br/>пшеничная с маслом</b><br><small>молоко пастеризованное 2,5%, крупа пшено, масло сливочное, сахар - песок, соль</small>                                                                                                              | Калорийность-289,97, Белки-7,57, Жиры-12,09, Углеводы-37,51 | 47-68 |

|          |                                                                                                                                                                                                                                                |                                                              |        |
|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|--------|
| 80       | <b>Биточек "Загадка"(свин.)80</b><br><i>свинина б/к (лопатка), сметана 15%, лук репчатый, сыр твердый, молоко пастеризованное 2,5%, масло растительное, соль</i>                                                                               | Калорийность-354,93, Белки-12,86, Жиры-32,46, Углеводы-2,53  | 138-35 |
| 50       | <b>Биточек из свинины 50</b><br><i>свинина б/к (лопатка), хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, масло растительное, соль</i>                                                                                                      | Калорийность-202,91, Белки-6,65, Жиры-16, Углеводы-7,99      | 66-78  |
| 80       | <b>Филе куриное "Забава"80</b><br><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><br><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 150</b><br><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 рассып. гречневая 150</b><br><i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>                                                                                                                                                             | Калорийность-225,92, Белки-7,66, Жиры-6,33, Углеводы-34,64   | 22-33  |
| 150      | <b>Макаронны отварные 150</b><br><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>Макаронны отварные с сыром 150</b><br><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 апельсиновый</b><br><i>сахар - песок, апельсин, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</i>                                                                                                                                            | Калорийность-102,1, Белки-0,13, Жиры-0,03, Углеводы-25,15    | 13-02  |
| 200      | <b>Чай с сахаром</b><br><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><br><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><br><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 50/50</b><br><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  |
| 100/2    | <b>Конвертик с творогом и изюмом</b><br><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  | 37-71  |
| 75       | <b>Пирожок печеный с яблоком и джемом 75</b><br><i>тесто дрожжевое для ватрушек, пирогов, кулебяк и др., фарш яблоко-джем, мука пшеничная, яйцо столовое, масло растительное</i>                                                               | Калорийность-192,66, Белки-4,91, Жиры-2,72, Углеводы-37,17   | 23-46  |
| 30       | <b>Хлеб пшеничный</b>                                                                                                                                                                                                                          | Калорийность-70,5, Белки-2,28, Жиры-0,24, Углеводы-14,76     | 6-55   |
| 30       | <b>Хлеб столичный</b>                                                                                                                                                                                                                          | Калорийность-82,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82     | 5-97   |
| 30       | <b>Батон нарезной</b>                                                                                                                                                                                                                          | Калорийность-78,6, Белки-2,25, Жиры-0,87, Углеводы-15,42     | 9-24   |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 266592536671298867531651571396054376186336388985

Владелец Герасимчук Надежда Николаевна

Действителен с 07.04.2024 по 07.04.2025