

# МЕНЮ НА 29 АПРЕЛЯ 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>   |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                |                      |
| 60                               | <b>Биточки рубленые из<br/>птицы (филе кур.) 60</b><br><i>куриные грудки филе, молоко пастеризованное 2,5%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное,<br/>соль</i>                                                | Калорийность-242,29, Белки-13,05, Жиры-<br>15,62, Углеводы-12,28               | <b>69-83</b>         |
| 150                              | <b>Макароны отварные 150</b><br><i>макаронные изделия, масло сливочное, соль</i>                                                                                                                                                 | Калорийность-216,72, Белки-5,8, Жиры-<br>5,01, Углеводы-37,05                  | <b>19-43</b>         |
| 20                               | <b>Огурец свежий</b>                                                                                                                                                                                                             | Калорийность-2,84, Белки-0,14, Жиры-0,04,<br>Углеводы-0,5                      | <b>9-03</b>          |
| 200                              | <b>Чай с сахаром</b><br><i>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</i>                                                                                                                                                          | Калорийность-59,03, Углеводы-14,97                                             | <b>3-84</b>          |
| 100                              | <b>Апельсин</b>                                                                                                                                                                                                                  | Калорийность-43, Белки-0,9, Жиры-0,2,<br>Углеводы-8,1                          | <b>39-79</b>         |
| 28                               | <b>Хлеб пшеничный</b>                                                                                                                                                                                                            | Калорийность-65,8, Белки-2,13, Жиры-0,22,<br>Углеводы-13,78                    | <b>6-08</b>          |
| <b>Итого за Завтрак льготный</b> |                                                                                                                                                                                                                                  | Калорийность-629,68, Белки-22,02, Жиры-<br>21,09. Углеводы-86,68               | <b>148-00</b>        |
| <b><u>Обед льготный</u></b>      |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                |                      |
| 250/10/<br>10/2                  | <b>Суп из овощей с мясом(филе<br/>кур), сметаной, зеленью</b><br><i>картофель, капуста б/к, куриные грудки филе, лук репчатый, сметана 15%, морковь, горошек зеленый., масло<br/>растительное, соль, зелень (укроп/петрушка)</i> | Калорийность-150,25, Белки-4,86, Жиры-<br>9,41, Углеводы-11,36                 | <b>40-79</b>         |
| 90                               | <b>250/10/10/2</b><br><b>Биточек рыбных (минтай)<br/>ол</b><br><i>филе рыбы мороженное - филе минтая б/к, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль</i>                                                      | Калорийность-189,85, Белки-12,36, Жиры-<br>7,92, Углеводы-17,18                | <b>116-24</b>        |
| 150                              | <b>Рис отварной 150</b><br><i>крупа рисовая, масло сливочное, соль</i>                                                                                                                                                           | Калорийность-230,31, Белки-3,81, Жиры-<br>6,11, Углеводы-40,01                 | <b>31-74</b>         |
| 30                               | <b>Помидор свежий</b>                                                                                                                                                                                                            | Калорийность-7,2, Белки-0,33, Жиры-0,06,<br>Углеводы-1,14                      | <b>16-51</b>         |
| 200                              | <b>Чай с сахаром</b><br><i>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</i>                                                                                                                                                          | Калорийность-59,03, Углеводы-14,97                                             | <b>3-84</b>          |
| 20                               | <b>Хлеб столичный</b>                                                                                                                                                                                                            | Калорийность-55,07, Белки-1,12, Жиры-<br>0,22, Углеводы-9,88                   | <b>3-88</b>          |
| <b>Итого за Обед льготный</b>    |                                                                                                                                                                                                                                  | Калорийность-691,71, Белки-22,48, Жиры-<br>23,72. Углеводы-94,54               | <b>213-00</b>        |
| Бухгалтер                        | Зав.<br>производством                                                                                                                                                                                                            | Директор<br>школы                                                              |                      |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 143507986500560089701835989304833372774460075107

Владелец Герасимчук Надежда Николаевна

Действителен с 03.04.2025 по 03.04.2026