

# МЕНЮ НА 23 ДЕКАБРЯ 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>			
60	<b>Биточки рубленые из птицы (филе кур.) 60</b>	Калорийность-242,29, Белки-13,05, Жиры-15,62, Углеводы-12,28	<b>70-17</b>
<i>филе куриное, молоко пастеризованное 2,5%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль</i>			
120	<b>Макароны отварные 120</b>	Калорийность-173,38, Белки-4,64, Жиры-4,01, Углеводы-29,64	<b>15-57</b>
<i>макаронные изделия, масло сливочное, соль</i>			
20	<b>Огурец свежий</b>	Калорийность-2,84, Белки-0,14, Жиры-0,04, Углеводы-0,5	<b>10-26</b>
200	<b>Чай с сахаром</b>	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	<b>3-99</b>
<i>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</i>			
100	<b>Апельсин</b>	Калорийность-43, Белки-0,9, Жиры-0,2, Углеводы-8,1	<b>43-77</b>
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-47, Белки-1,52, Жиры-0,16, Углеводы-9,84	<b>4-24</b>
<b>Итого за Завтрак льготный</b>		Калорийность-567,54, Белки-20,25, Жиры-20,03. Углеводы-75,33	<b>148-00</b>
<b><u>Обед льготный</u></b>			
250	<b>Суп из овощей со сметаной, зеленью 250</b>	Калорийность-100,06, Белки-1,92, Жиры-5,63, Углеводы-10,39	<b>32-34</b>
<i>картофель, капуста б/к, морковь, лук репчатый, сметана 15%, горошек зеленый., масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка)</i>			
90	<b>Биточек рыбный (фил.треск.пород) 90</b>	Калорийность-105,02, Белки-6,56, Жиры-5,37, Углеводы-7,58	<b>124-95</b>
<i>филе рыбное тресковых пород б/к (кубики, морож.), хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль</i>			
150	<b>Рис отварной 150</b>	Калорийность-230,31, Белки-3,81, Жиры-6,11, Углеводы-40,01	<b>31-79</b>
<i>крупа рисовая, масло сливочное, соль</i>			
20	<b>Помидор свежий</b>	Калорийность-4,8, Белки-0,22, Жиры-0,04, Углеводы-0,76	<b>12-38</b>
200	<b>Чай с лимоном и сахаром</b>	Калорийность-62,16, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-15,18	<b>7-25</b>
<i>сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой</i>			
22	<b>Хлеб столичный</b>	Калорийность-60,57, Белки-1,23, Жиры-0,24, Углеводы-10,87	<b>4-29</b>
<b>Итого за Обед льготный</b>		Калорийность-562,92, Белки-13,8, Жиры-17,4. Углеводы-84,79	<b>213-00</b>
Бухгалтер	Зав. производством	Директор школы	

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 143507986500560089701835989304833372774460075107

Владелец Герасимчук Надежда Николаевна

Действителен с 03.04.2025 по 03.04.2026