

МЕНЮ НА 21 ЯНВАРЯ ШКОЛА №2

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак льготный</u>			
Запеканка из творога с морковью и сгущенным молоком 140/30			
140/30		Калорийность-426,94, Белки-22,08, Жиры-14,4, Углеводы-51,21	100-25
<i>творог, молоко сгущенное, морковь, молоко 2.5% ультрапастеризованное, сахар - песок, крупа манная, яйцо столовое, масло растительное, сухари панировочные, сметана 15%</i>			
200	Чай с сахаром	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	4-08
<i>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</i>			
100	Яблоко св.	Калорийность-47, Белки-0,03, Жиры-0,4, Углеводы-9,8	35-10
36	Хлеб пшеничный	Калорийность-84,6, Белки-2,74, Жиры-0,29, Углеводы-17,71	8-57
Итого за Завтрак льготный		Калорийность-617,57, Белки-24,85, Жиры-15,09, Углеводы-93,69	148-00
<u>Обед льготный</u>			
Борщ со св.капустой и картоф., сметаной, зеленью			
250		Калорийность-93,56, Белки-2,01, Жиры-3,78, Углеводы-12,62	29-94
<i>свекла, картофель, капуста б/к, морковь, лук репчатый, сметана 15%, томатная паста., масло растительное, сахар - песок, соль, зелень (укроп/петрушка)</i>			
90	Котлета рубленная из птицы (филе кур.) 90	Калорийность-278,34, Белки-15, Жиры-18,17, Углеводы-13,64	104-36
<i>филе куриное, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль</i>			
150	Картофель отварной 150	Калорийность-154,77, Белки-3,03, Жиры-4,93, Углеводы-24,49	46-69
<i>картофель, масло сливочное, соль</i>			
25	Огурец свежий	Калорийность-3,55, Белки-0,18, Жиры-0,05, Углеводы-0,63	12-83
200	Напиток яблочный	Калорийность-107,51, Белки-0,01, Жиры-0,1, Углеводы-26,4	14-83
<i>яблоки, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</i>			
20	Хлеб столичный	Калорийность-55,07, Белки-1,12, Жиры-0,22, Углеводы-9,88	4-35
Итого за Обед льготный		Калорийность-692,8, Белки-21,35, Жиры-27,25, Углеводы-87,66	213-00
Бухгалтер		Зав.	Директор
		производством	школы

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 143507986500560089701835989304833372774460075107

Владелец Герасимчук Надежда Николаевна

Действителен С 03.04.2025 по 03.04.2026