

**МЕНЮ НА 3 МАРТА 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>   |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                |                      |
| 150/20/<br>5                     | <b>Макаронны отварные с сыром</b><br><b>150/20/5</b><br><i>макаронные изделия, сыр полутвердый 45%, масло сливочное, соль</i>                                                                     | Калорийность-328,81, Белки-11,44, Жиры-14,82, Углеводы-37,09                   | <b>72-00</b>         |
| 30                               | <b>Огурец свежий</b>                                                                                                                                                                              | Калорийность-4,26, Белки-0,21, Жиры-0,06, Углеводы-0,75                        | <b>15-40</b>         |
| 200                              | <b>Чай с лимоном и сахаром</b><br><b>чай</b><br><i>сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой</i>                                                                                            | Калорийность-62,16, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-15,18                      | <b>7-87</b>          |
| 100                              | <b>Апельсин</b>                                                                                                                                                                                   | Калорийность-43, Белки-0,9, Жиры-0,2, Углеводы-8,1                             | <b>43-77</b>         |
| 26                               | <b>Батон нарезной</b>                                                                                                                                                                             | Калорийность-68,12, Белки-1,95, Жиры-0,75, Углеводы-13,36                      | <b>8-96</b>          |
| <b>Итого за Завтрак льготный</b> |                                                                                                                                                                                                   | Калорийность-506,35, Белки-14,56, Жиры-15,84, Углеводы-74,48                   | <b>148-00</b>        |
| <b><u>Обед льготный</u></b>      |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                |                      |
| 250                              | <b>Суп из овощей со сметаной, зеленью</b><br><b>250</b><br><i>картофель, капуста б/к, морковь, лук репчатый, сметана 15%, горошек зеленый., масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка)</i> | Калорийность-100,06, Белки-1,92, Жиры-5,63, Углеводы-10,39                     | <b>33-13</b>         |
| 90                               | <b>Биточек рыбный</b><br><b>(фил.треск.пород) 90</b><br><i>филе рыбное тресковых пород б/к (кубики, морож.), хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль</i>                    | Калорийность-105,02, Белки-6,56, Жиры-5,37, Углеводы-7,58                      | <b>129-89</b>        |
| 150                              | <b>Рис отварной</b><br><b>150</b><br><i>крупа рисовая, масло сливочное, соль</i>                                                                                                                  | Калорийность-230,31, Белки-3,81, Жиры-6,11, Углеводы-40,01                     | <b>33-65</b>         |
| 200                              | <b>Напиток лимонный</b><br><i>сахар - песок, лимон</i>                                                                                                                                            | Калорийность-100,54, Белки-0,13, Жиры-0,01, Углеводы-24,38                     | <b>12-24</b>         |
| 19                               | <b>Хлеб столичный</b>                                                                                                                                                                             | Калорийность-52,31, Белки-1,06, Жиры-0,21, Углеводы-9,39                       | <b>4-09</b>          |
| <b>Итого за Обед льготный</b>    |                                                                                                                                                                                                   | Калорийность-588,24, Белки-13,48, Жиры-17,33, Углеводы-91,75                   | <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