

МЕНЮ НА 2 ОКТЯБРЯ ШКОЛА №2

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
--------------	--------------------	--	----------------------

Завтрак льготный

Птица, тушенная в соусе			
35/35	сметан.с том.(филе кур.)	Калорийность-144,09, Белки-12,44, Жиры-12,86, Углеводы-4,02	71-94
35/35			
<i>филе куриное, сметана 15%, томатная паста., мука пшеничная, соль, масло растительное</i>			
120	Рис отварной 120	Калорийность-184,25, Белки-3,05, Жиры-4,89, Углеводы-32,01	19-28
<i>крупа рисовая, масло сливочное, соль</i>			
25	Огурец свежий	Калорийность-2,75, Белки-0,18, Жиры-0,03	11-29
200	Чай с сахаром	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	4-28
<i>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</i>			
100	Яблоки свежие	Калорийность-47, Белки-0,03, Жиры-0,4, Углеводы-9,8	35-10
25	Хлеб пшеничный	Калорийность-58,75, Белки-1,9, Жиры-0,2, Углеводы-12,3	6-11
Итого за Завтрак льготный		Калорийность-495,87, Белки-17,6, Жиры-18,38. Углеводы-73.1	148-00

Обед льготный

Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной, зеленью 250			
250	картофелем, сметаной, зеленью 250	Калорийность-81,45, Белки-2,05, Жиры-3,81, Углеводы-9,4	26-15
<i>капуста б/к, картофель, лук репчатый, морковь, сметана 15%, масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка), томатная паста.</i>			
90	Биточек из свинины 90	Калорийность-358,62, Белки-12,02, Жиры-28,03, Углеводы-14,38	114-05
<i>свинина б/к, хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, масло растительное, соль</i>			
150	Макароны отварные 150	Калорийность-216,72, Белки-5,8, Жиры-5,01, Углеводы-37,05	17-42
<i>макаронные изделия, масло сливочное, соль</i>			
50	Помидор свежий	Калорийность-12, Белки-0,55, Жиры-0,1, Углеводы-1,9	28-67
200	Напиток из плодов шиповника	Калорийность-131,49, Белки-0,64, Жиры-0,25, Углеводы-29,04	20-32
<i>плоды шиповника сушеные, сахар - песок, аскорбиновая кислота</i>			
29	Хлеб столичный	Калорийность-79,85, Белки-1,62, Жиры-0,32, Углеводы-14,33	6-39
Итого за Обед льготный		Калорийность-880,13, Белки-22,68, Жиры-37.52. Углеводы-106.1	213-00

Бухгалтер

Зав.
производствомДиректор
школы

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 145792345010397423411790935696345598984963060820

Владелец Герасимчук Надежда Николаевна

Действителен с 03.04.2026 по 03.04.2027