

МЕНЮ НА 20 ОКТЯБРЯ ШКОЛА №2

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

Завтрак льготный

200	Макароны отварные с сыром 200 <i>макаронные изделия, сыр полутвердый 45%, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-343,51, Белки-14,46, Жиры-12,88, Углеводы-41,99	63-43
35	Помидор свежий	Калорийность-8,4, Белки-0,39, Жиры-0,07, Углеводы-1,33	20-07
30	Огурец свежий	Калорийность-3,3, Белки-0,21, Жиры-0,03	13-55
200	Чай с лимоном и сахаром <i>сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой</i>	Калорийность-62,16, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-15,18	7-92
100	Яблоки свежие	Калорийность-47, Белки-0,03, Жиры-0,4, Углеводы-9,8	35-10
33	Хлеб пшеничный	Калорийность-77,55, Белки-2,51, Жиры-0,26, Углеводы-16,24	7-93
Итого за Завтрак льготный		Калорийность-541,92, Белки-17,66, Жиры-13.65, Углеводы-84.54	148-00

Обед льготный

250	Суп крестьянский с крупой (пшеничная), сметаной, зеленью 250 <i>капуста б/к, картофель, лук репчатый, крупа пшеничная, морковь, сметана 15%, масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка)</i>	Калорийность-65,14, Белки-1,43, Жиры-3,55, Углеводы-6,64	20-33
220	Рагу из птицы (филе кур.) <i>картофель, филе куриное, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль, мука пшеничная</i>	Калорийность-366,37, Белки-17,09, Жиры-20,98, Углеводы-19,42	157-78
30	Огурец свежий	Калорийность-3,3, Белки-0,21, Жиры-0,03	13-55
200	Напиток апельсиновый <i>сахар - песок, апельсин, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</i>	Калорийность-101,98, Белки-0,13, Жиры-0,03, Углеводы-25,15	13-26
37	Хлеб столичный	Калорийность-101,87, Белки-2,07, Жиры-0,41, Углеводы-18,28	8-08
Итого за Обед льготный		Калорийность-638,66, Белки-20,93, Жиры-25, Углеводы-69.49	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