13.11.2026

МЕНЮ НА 13 НОЯБРЯ ШКОЛА №2

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Завтрак льготный		
35/35	***Птица, тушенная в соусе сметан.с том.(филе кур.) 35/35***	Калорийность-144,09, Белки-12,44, Жиры-12,86, Углеводы-4,02	***71-94***
	филе куриное, сметана 15%, томатная паста., мука пшеничная, соль, масло растительное		
120	***Рис отварной 120***	Калорийность-184,25, Белки-3,05, Жиры-4,89, Углеводы-32,01	***19-28***
	крупа рисовая, масло сливочное, соль		
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***
	сахар - песок, чай черный крупнолистовой		
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		
250	***Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной, зеленью 250***	Калорийность-81,45, Белки-2,05, Жиры-3,81, Углеводы-9,4	***26-15***
	капуста б/к, картофель, лук репчатый, морковь, сметана 15%, масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка), томатная паста.		
90	***Биточек из свинины 90***	Калорийность-358,62, Белки-12,02, Жиры-28,03, Углеводы-14,38	***114-05***
	свинина б/к, хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, масло растительное, соль		
150	***Макароны отварные 150***	Калорийность-216,72, Белки-5,8, Жиры-5,01, Углеводы-37,05	***17-42***
	макаронные изделия, масло сливочное, соль		
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***
	плоды шиповника сушеные, сахар - песок, аскорбиновая кислота		
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. производством . Директор школы .

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 145792345010397423411790935696345598984963060820

Владелец Герасимчук Надежда Николаевна

Действителен С 03.04.2026 по 03.04.2027