

МЕНЮ НА 3 ОКТЯБРЯ ШКОЛА № 1

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания |
|----------------------------------|---|--|----------------------|
| <u>Завтрак льготный</u> | | | |
| 35/35 | Рыба тушеная с овощами (треска)35/35 <i>треска филе зам., морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль, сахар - песок, лимон. кислота, лавровый лист</i> | Калорийность-77,11, Белки-7,29, Жиры-3,78, Углеводы-3,44 | 79-41 |
| 100 | Пюре картофельное 100 <i>картофель, молоко пастеризованное 2,5%, масло сливочное, соль</i> | Калорийность-100,12, Белки-2,16, Жиры-3,6, Углеводы-14,68 | 19-11 |
| 200 | Чай с сахаром <i>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</i> | Калорийность-59,03, Углеводы-14,97 | 3-96 |
| 80 | Яблоко св. | Калорийность-37,6, Белки-0,02, Жиры-0,32, Углеводы-7,84 | 17-16 |
| 29 | Хлеб пшеничный | Калорийность-68,15, Белки-2,2, Жиры-0,23, Углеводы-14,27 | 5-36 |
| Итого за Завтрак льготный | | Калорийность-342,01, Белки-11,67, Жиры-7,93, Углеводы-55,2 | 125-00 |
| <u>Обед льготный</u> | | | |
| 250/10/ 2 | Суп из овощей со сметаной, зеленью <i>картофель, капуста б/к, морковь, лук репчатый, сметана 15%, горошек зеленый., масло растительное, соль, петрушка (зелень)</i> | Калорийность-90,68, Белки-1,75, Жиры-4,73, Углеводы-10,42 | 22-82 |
| 50/60 | Фрикадельки из филе кур.в соусе сметанном с томатом 50/60 <i>куриные грудки филе, молоко пастеризованное 2,5%, хлеб пшеничный, соль, соус сметанный с томатом</i> | Калорийность-119,03, Белки-8,14, Жиры-7,63, Углеводы-4,47 | 71-35 |
| 100 | Рис отварной <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль</i> | Калорийность-153,54, Белки-2,54, Жиры-4,07, Углеводы-26,68 | 18-38 |
| 200 | Напиток смородиновый <i>смородина замороженная, сахар - песок, лимон. кислота</i> | Калорийность-106,76, Белки-0,25, Жиры-0,1, Углеводы-25,78 | 15-99 |
| 39 | Хлеб столичный | Калорийность-107,38, Белки-2,18, Жиры-0,43, Углеводы-19,27 | 6-46 |
| Итого за Обед льготный | | Калорийность-577,39, Белки-14,86, Жиры-16,96, Углеводы-86,62 | 135-00 |

Бухгалтер

Зав.
производствомДиректор
школы

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 722671968566237128169706768058107758750791459342

Владелец Федотова Наталья Юрьевна

Действителен с 08.11.2024 по 08.11.2025