

**МЕНЮ НА 5 ФЕВРАЛЯ ШКОЛА №1**

| 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>   |                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                |                      |
| 25                               | <b>Ветчина порц</b>                                                                                                                                                                                                                         | Калорийность-93,25, Белки-4,28, Жиры-8,45, Углеводы-0,05                       | 17-90                |
| 100/20                           | <b>Запеканка из творога с морковью и сгущенным молоком</b><br><i>творог, молоко сгущенное, морковь, молоко 2.5% ультрапастеризованное, сахар - песок, крупа манная, яйцо столовое, масло растительное, сухари панировочные, сметана 15%</i> | Калорийность-302,37, Белки-15,74, Жиры-10,17, Углеводы-36,2                    | 67-07                |
| 200/15/<br>7                     | <b>Чай с сахаром и лимоном</b><br><i>сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой</i>                                                                                                                                                    | Калорийность-61,41, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-15,18                      | 6-70                 |
| 100                              | <b>Яблоко св.</b>                                                                                                                                                                                                                           | Калорийность-47, Белки-0,03, Жиры-0,4, Углеводы-9,8                            | 25-35                |
| 37                               | <b>Хлеб пшеничный</b>                                                                                                                                                                                                                       | Калорийность-86,95, Белки-2,81, Жиры-0,3, Углеводы-18,2                        | 7-98                 |
| <b>Итого за Завтрак льготный</b> |                                                                                                                                                                                                                                             | Калорийность-590,98, Белки-22,92, Жиры-19,33, Углеводы-79,43                   | 125-00               |
| <b><u>Обед льготный</u></b>      |                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                |                      |
| 250/10/<br>2                     | <b>Рассольник ленинградский со сметаной, зеленью</b><br><i>картофель, огурцы соленые, морковь, сметана 15%, крупа перловая, лук репчатый, масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка)</i>                                             | Калорийность-142,95, Белки-2,6, Жиры-6,9, Углеводы-17,41                       | 29-07                |
| 50                               | <b>Биточек из свинины 50</b><br><i>свинина б/к (лопатка), хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, масло растительное, соль</i>                                                                                                   | Калорийность-202,91, Белки-6,65, Жиры-16, Углеводы-7,99                        | 66-78                |
| 150                              | <b>Рис отварной 150</b><br><i>крупа рисовая, масло сливочное, соль</i>                                                                                                                                                                      | Калорийность-230,31, Белки-3,81, Жиры-6,11, Углеводы-40,01                     | 31-74                |
| 200                              | <b>Чай с сахаром</b><br><i>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</i>                                                                                                                                                                     | Калорийность-59,03, Углеводы-14,97                                             | 3-66                 |
| 19                               | <b>Хлеб столичный</b>                                                                                                                                                                                                                       | Калорийность-52,31, Белки-1,06, Жиры-0,21, Углеводы-9,39                       | 3-75                 |
| <b>Итого за Обед льготный</b>    |                                                                                                                                                                                                                                             | Калорийность-687,51, Белки-14,12, Жиры-29,22, Углеводы-89,77                   | 135-00               |

Бухгалтер

Зав.  
производствомДиректор  
школы