

# МЕНЮ НА 7 ОКТЯБРЯ ШКОЛА №1

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b>Завтрак льготный</b>			
150/20/ 5	<b>Макароны отварные с сыром 150</b> <small>макаронные изделия, сыр полутвердый 45%, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-328,81, Белки-11,44, Жиры-14,82, Углеводы-37,09	67-28
45	<b>Помидор свежий</b>	Калорийность-10,8, Белки-0,5, Жиры-0,09, Углеводы-1,71	27-87
200	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</small>	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	3-99
100	<b>Апельсин</b>	Калорийность-43, Белки-0,9, Жиры-0,2, Углеводы-8,1	43-77
24	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-56,4, Белки-1,82, Жиры-0,19, Углеводы-11,81	5-09
<b>Итого за Завтрак льготный</b>		Калорийность-498,04, Белки-14,66, Жиры-15,3, Углеводы-73,68	148-00
<b>Обед льготный</b>			
250	<b>Свекольник с яйцом, сметаной, зеленью 250</b> <small>свекла, картофель, яйцо столовое, сметана 15%, масло растительное, томатная паста, сахар - песок, соль, зелень (укроп/петрушка), лимон, кислота</small>	Калорийность-131,82, Белки-4,02, Жиры-8,04, Углеводы-10,7	35-60
90	<b>Котлеты "Домашние" (свин.) 90</b> <small>свинина б/к, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, лук репчатый, соль, яйцо столовое</small>	Калорийность-281,74, Белки-9,63, Жиры-22,95, Углеводы-9,09	111-99
150	<b>Пюре картофельное 150</b> <small>картофель, молоко натуральное 2,5%, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-150,21, Белки-3,24, Жиры-5,41, Углеводы-22,03	44-79
20	<b>Огурец соленый</b>	Калорийность-2,6, Белки-0,16, Жиры-0,02, Углеводы-0,34	10-39
200	<b>Чай с лимоном и сахаром</b> <small>сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой</small>	Калорийность-62,16, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-15,18	7-25
15	<b>Хлеб столичный</b>	Калорийность-41,3, Белки-0,84, Жиры-0,17, Углеводы-7,41	2-98
<b>Итого за Обед льготный</b>		Калорийность-669,83, Белки-17,95, Жиры-36,6, Углеводы-64,75	213-00

Бухгалтер

Зав.  
производствомДиректор  
школы

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00D71C9F9605DFFACA33635B51B7F301D4  
Владелец: Федотова Наталья Юрьевна  
Действителен: с 14.11.2024 до 07.02.2026

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 256233904371995990837526139856067300059550830107

Владелец Федотова Наталья Юрьевна

Действителен с 07.11.2025 по 07.11.2026