

МЕНЮ НА 8 СЕНТЯБРЯ ШКОЛА №1

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак льготный			
50	Биточек из свинины 50 свинина б/к, хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, масло растительное, соль	Калорийность-198,44, Белки-6,65, Жиры-15,5, Углеводы-7,99	63-19
150	Макароны отварные 150 макаронные изделия, масло сливочное, соль	Калорийность-216,72, Белки-5,8, Жиры-5,01, Углеводы-37,05	17-42
35	Огурец свежий	Калорийность-3,85, Белки-0,25, Жиры-0,04	15-81
200	Чай с лимоном и сахаром чай сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой	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
35	Хлеб пшеничный	Калорийность-82,25, Белки-2,66, Жиры-0,28, Углеводы-17,22	8-56
Итого за Завтрак льготный		Калорийность-610,42, Белки-15,45, Жиры-21,24, Углеводы-87,24	148-00
Обед льготный			
250	Суп крестьянский с крупой (пшеничная), сметаной, зеленью 250 капуста б/к, картофель, лук репчатый, крупа пшеничная, морковь, сметана 15%, масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка)	Калорийность-65,14, Белки-1,43, Жиры-3,55, Углеводы-6,64	20-33
220	Рагу из птицы (филе кур.) картофель, филе куриное, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль, мука пшеничная	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 сахар - песок, апельсин, лимон, кислота, аскорбиновая кислота	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
школыДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮСертификат: 5CFBD707ACD8477AD1306B967F7E3AFF
Владелец: Фадеева Наталья Юрьевна
Действителен: с 30.10.2025 до 23.01.2027