

МЕНЮ НА 14 СЕНТЯБРЯ ШКОЛА №1

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
-----------	--------------------	--	----------------------

Завтрак льготный

20	Сыр порц.	Калорийность-70, Белки-5,26, Жиры-5,32	30-28
	Каша "Дружба" вязкая		
190/10	молочная из пшена и риса	Калорийность-233,14, Белки-5,79, Жиры-11,35, Углеводы-26,78	40-20
190/10			
	молоко 2.5% ультрапастеризованное, крупа пшено, крупа рисовая, масло сливочное, соль, сахар - песок		
200	Какао растворимый с	Калорийность-138,95, Белки-5,8, Жиры-4,6, Углеводы-18,13	29-69
	молоком		
	молоко 2.5% ультрапастеризованное, какао растворимый, сахар - песок		
100	Апельсин	Калорийность-43, Белки-0,9, Жиры-0,2, Углеводы-8,1	36-81
33	Батон нарезной	Калорийность-86,46, Белки-2,48, Жиры-0,96, Углеводы-16,96	11-02
Итого за Завтрак льготный		Калорийность-571,55, Белки-20,23, Жиры-22,43, Углеводы-69,97	148-00

Обед льготный

250	Суп картоф. с бобовыми	Калорийность-152,93, Белки-5,92, Жиры-5,52, Углеводы-19,66	21-58
	(горох) с зеленью 250		
	картофель, горох илиф., лук репчатый, морковь, масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка)		
70/40	Котлетки "По-домашнему"	Калорийность-351,56, Белки-11,82, Жиры-23,31, Углеводы-6,46	122-93
	(свин.) 70/40		
	свинина б/к, лук репчатый, мука пшеничная, масло растительное, томатная паста., соль		
150	Каша рассып. гречневая 150	Калорийность-225,92, Белки-7,66, Жиры-6,33, Углеводы-34,64	20-33
	Огурец соленый	Калорийность-5,85, Белки-0,36, Жиры-0,05, Углеводы-0,77	20-47
20	Горошек зеленый порц.	Калорийность-8, Белки-0,62, Жиры-0,04, Углеводы-1,3	16-79
200	Чай с сахаром	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	4-28
	сахар - песок, чай черный крупнолистовой		
30	Хлеб столичный	Калорийность-82,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82	6-62
Итого за Обед льготный		Калорийность-885,89, Белки-28,06, Жиры-35,58, Углеводы-92,62	213-00

Бухгалтер

Зав.
производствомДиректор
школыДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮСертификат: 5CF8D707ACD9477A01906B967F7E3AFF
Владелец: Федотова Наталья Юрьевна
Действителен: с 30.10.2025 до 23.01.2027