

МЕНЮ НА 17 СЕНТЯБРЯ ШКОЛА №1

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

Завтрак льготный

140/30 Запеканка из творога с морковью и сгущенным молоком 140/30 Калорийность-426,94, Белки-22,08, Жиры-14,4, Углеводы-51,21 **99-66**

творог, молоко сгущенное, морковь, молоко 2.5% ультрапастеризованное, сахар - песок, крупа манная, яйцо столовое, масло растительное, сухари панировочные, сметана 15%

200 Чай с сахаром Калорийность-59,03, Углеводы-14,97 **4-28**

сахар - песок, чай черный крупнолистовой

100 Яблоки свежие Калорийность-47, Белки-0,03, Жиры-0,4, Углеводы-9,8 **35-10**

37 Хлеб пшеничный Калорийность-86,95, Белки-2,81, Жиры-0,3, Углеводы-18,2 **8-96**

Итого за Завтрак льготный Калорийность-619,92, Белки-24,92, Жиры-15.1, Углеводы-94.18 **148-00**

Обед льготный

250 Рассольник ленинградский со сметаной, зеленью 250 Калорийность-135,44, Белки-2,45, Жиры-6,38, Углеводы-16,66 **33-06**

картофель, огурцы соленые, морковь, сметана 15%, крупа перловая, лук репчатый, масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка)

70/50 Фрикадельки из филе кур. в сметанном с томатом соусе 70/50 Калорийность-164,89, Белки-11,28, Жиры-10,58, Углеводы-6,14 **104-16**

филе куриное, молоко 2.5% ультрапастеризованное, хлеб пшеничный, соль, соус сметанный с томатом

150 Каша рассып. гречневая 150 Калорийность-225,92, Белки-7,66, Жиры-6,33, Углеводы-34,64 **20-33**

крупа гречневая, масло сливочное, соль

60 Огурец свежий Калорийность-6,6, Белки-0,42, Жиры-0,06 **27-10**

200 Напиток клюквенный Калорийность-107,64, Белки-0,15, Жиры-0,13, Углеводы-26,55 **20-85**

клюква замороженная, сахар - песок, аскорбиновая кислота

34 Хлеб столичный Калорийность-93,61, Белки-1,9, Жиры-0,37, Углеводы-16,8 **7-50**

Итого за Обед льготный Калорийность-734,1, Белки-23,86, Жиры-23.85, Углеводы-100.79 **213-00**

Бухгалтер

Зав.
производствомДиректор
школыДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮСертификат: SCSRD707TACD8477A01906856767E24FF
Владелец: Федорова Наталья Юрьевна
Действителен: с 30.10.2025 по 23.01.2027