

МЕНЮ НА 24 СЕНТЯБРЯ ШКОЛА №1

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

Завтрак льготный

Запеканка из творога с морковью и сгущенным молоком 140/30			
140/30	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

Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной, зеленью 250			
250	картофелем, сметаной, зеленью 250	Калорийность-81,45, Белки-2,05, Жиры-3,81, Углеводы-9,4	26-15
капуста б/к, картофель, лук репчатый, морковь, сметана 15%, масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка), томатная паста.			
90	Котлета "Заводская" 90	Калорийность-251,05, Белки-9,21, Жиры-18,96, Углеводы-10,77	122-94
свинина б/к, филе куриное, лук репчатый, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль			
150	Макароны отварные 150	Калорийность-216,72, Белки-5,8, Жиры-5,01, Углеводы-37,05	17-42
макаронные изделия, масло сливочное, соль			
30	Помидор свежий	Калорийность-7,2, Белки-0,33, Жиры-0,06, Углеводы-1,14	17-20
30	Огурец свежий	Калорийность-3,3, Белки-0,21, Жиры-0,03	13-55
200	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-62,16, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-15,18	7-92
сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой			
36	Хлеб столичный	Калорийность-99,12, Белки-2,02, Жиры-0,4, Углеводы-17,78	7-82
Итого за Обед льготный		Калорийность-721, Белки-19,68, Жиры-28.28. Углеводы-91.32	213-00

Бухгалтер

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