

**МЕНЮ НА 25 СЕНТЯБРЯ ШКОЛА №1**

| Выход<br>(г)                     | Наименование блюда                                                                                                              | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания |
|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| <b><u>Завтрак льготный</u></b>   |                                                                                                                                 |                                                                                |                      |
| 50                               | <b>Биточек из свинины 50</b><br><i>свинина б/к, хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, масло растительное, соль</i> | Калорийность-198,44, Белки-6,65, Жиры-15,5, Углеводы-7,99                      | <b>63-19</b>         |
| 120                              | <b>Каша рассып. гречневая 120</b><br><i>крупка гречневая, масло сливочное, соль</i>                                             | Калорийность-180,8, Белки-6,13, Жиры-5,07, Углеводы-27,73                      | <b>16-26</b>         |
| 35                               | <b>Огурец соленый</b>                                                                                                           | Калорийность-4,55, Белки-0,28, Жиры-0,04, Углеводы-0,6                         | <b>15-92</b>         |
| 200                              | <b>Чай с лимоном и сахаром</b><br><i>чай</i><br><i>сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой</i>                          | Калорийность-62,16, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-15,18                      | <b>7-92</b>          |
| 100                              | <b>Апельсин</b>                                                                                                                 | Калорийность-43, Белки-0,9, Жиры-0,2, Углеводы-8,1                             | <b>36-81</b>         |
| 33                               | <b>Хлеб пшеничный</b>                                                                                                           | Калорийность-77,55, Белки-2,51, Жиры-0,26, Углеводы-16,24                      | <b>7-90</b>          |
| <b>Итого за Завтрак льготный</b> |                                                                                                                                 | Калорийность-566,5, Белки-16,53, Жиры-21,08, Углеводы-75,84                    | <b>148-00</b>        |

**Обед льготный**

|                               |                                                                                                                                                                                 |                                                               |               |
|-------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|---------------|
| 250                           | <b>Суп картофельный с макаронными изделиями и зеленью 250</b><br><i>картофель, макаронные изделия, лук репчатый, морковь, соль, масло растительное, зелень (укроп/петрушка)</i> | Калорийность-142,83, Белки-3,43, Жиры-3,05, Углеводы-25,05    | <b>30-20</b>  |
| 80/40                         | <b>Тефтели (свин.) в смет.с томатом соусе 80/40</b><br><i>свинина б/к, соус сметанный с томатом, лук репчатый, хлеб пшеничный, масло растительное, соль, мука пшеничная</i>     | Калорийность-335,65, Белки-9,71, Жиры-26,72, Углеводы-13,9    | <b>96-21</b>  |
| 150                           | <b>Рис отварной 150</b><br><i>крупка рисовая, масло сливочное, соль</i>                                                                                                         | Калорийность-230,31, Белки-3,81, Жиры-6,11, Углеводы-40,01    | <b>24-11</b>  |
| 40                            | <b>Помидор свежий</b>                                                                                                                                                           | Калорийность-9,6, Белки-0,44, Жиры-0,08, Углеводы-1,52        | <b>22-94</b>  |
| 25                            | <b>Огурец свежий</b>                                                                                                                                                            | Калорийность-2,75, Белки-0,18, Жиры-0,03                      | <b>11-29</b>  |
| 200                           | <b>Напиток клюквенный</b><br><i>клюква замороженная, сахар - песок, аскорбиновая кислота</i>                                                                                    | Калорийность-107,64, Белки-0,15, Жиры-0,13, Углеводы-26,55    | <b>20-85</b>  |
| 34                            | <b>Хлеб столичный</b>                                                                                                                                                           | Калорийность-93,61, Белки-1,9, Жиры-0,37, Углеводы-16,8       | <b>7-40</b>   |
| <b>Итого за Обед льготный</b> |                                                                                                                                                                                 | Калорийность-922,39, Белки-19,62, Жиры-36,49, Углеводы-123,83 | <b>213-00</b> |

Бухгалтер

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