

**МЕНЮ НА 17 МАЯ ЛИЦЕЙ, ЦСО**

| Выход (г)                     | Наименование блюда  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость<br>питания |
|-------------------------------|---|--|----------------------|
| <b><u>ЦСО 1 завтрак</u></b>   |   |  |                      |
| 100/20                        | <b>Запеканка из творога со<br/>сгущ. молоком</b><br><i>творог, молоко сгущенное, сахар - песок, крупа манная, масло сливочное, сухари панировочные, сметана 15%, яйцо<br/>столовое, соль, ванилин</i> | Калорийность-302,47, Белки-22,21, Жиры-<br>10,53, Углеводы-28,79               | <b>91-55</b>         |
| 200/10                        | <b>Каша жидкая молочная<br/>манная с маслом</b><br><i>молоко пастеризованное 2,5%, крупа манная, масло сливочное, сахар - песок, соль</i>   | Калорийность-255,97, Белки-6,14, Жиры-<br>11,06, Углеводы-32,75                | <b>39-58</b>         |
| 200                           | <b>Чай с сахаром</b><br><i>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</i>   | Калорийность-59,03, Углеводы-14,97   | <b>3-83</b>          |
| 30                            | <b>Батон нарезной</b>   | Калорийность-78,6, Белки-2,25, Жиры-0,87,<br>Углеводы-15,42                    | <b>6-30</b>          |
| <b>Итого за ЦСО 1 завтрак</b> |   | Калорийность-696,07, Белки-30,6, Жиры-<br>22,46. Углеводы-91,93                | <b>141-26</b>        |
| <b><u>ЦСО 1 обед</u></b>      |   |  |                      |
| 250/20/<br>2                  | <b>Суп картоф. с<br/>бобовыми(горох) с зеленью с<br/>мясом (филе)</b><br><i>картофель, горох илиф., куриные грудки филе, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль, петрушка<br/>(зелень)</i>   | Калорийность-152,78, Белки-5,92, Жиры-<br>5,56, Углеводы-19,69                 | <b>32-12</b>         |
| 50/50                         | <b>Биточки тушеные с</b><br><i>свинина б/к (лопатка), морковь, лук репчатый, сметана 15%, масло сливочное, мука пшеничная, огурцы соленые,<br/>соль, масло растительное, томатная паста.</i>          | Калорийность-284,24, Белки-8,6, Жиры-<br>25,16. Углеводы-5,66                  | <b>80-46</b>         |
| 130                           | <b>Рис отварной</b><br><i>крупа рисовая, масло сливочное, соль</i>  | Калорийность-199,6, Белки-3,3, Жиры-5,3,<br>Углеводы-34,68                     | <b>22-04</b>         |
| 200                           | <b>Компот из изюма</b><br><i>изюм, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</i>  | Калорийность-115,23, Белки-0,46, Жиры-<br>0,1. Углеводы-28,13                  | <b>14-36</b>         |
| 36                            | <b>Хлеб пшеничный</b>   | Калорийность-84,6, Белки-2,74, Жиры-0,29,<br>Углеводы-17,71                    | <b>5-56</b>          |
| 30                            | <b>Хлеб столичный</b>   | Калорийность-69,6, Белки-1,68, Жиры-0,33,<br>Углеводы-14,82                    | <b>4-20</b>          |
| <b>Итого за ЦСО 1 обед</b>    |   | Калорийность-906,05, Белки-22,7, Жиры-<br>36,74. Углеводы-120,69               | <b>158-74</b>        |
| <b>ИТОГО</b>                  |   |  | <b>300-00</b>        |

Бухгалтер

Зав.  
производствомДиректор  
школы**МЕНЮ НА 17 МАЯ ЛИЦЕЙ, ЦСО****ЦСО2**

|              |   |  |              |
|--------------|---|--|--------------|
| 250/20/<br>2 | <b>Суп картоф. с<br/>бобовыми(горох) с зеленью с<br/>мясом (филе)</b><br><i>картофель, горох илиф., куриные грудки филе, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль, петрушка<br/>(зелень)</i> | Калорийность-152,78, Белки-5,92, Жиры-<br>5,56, Углеводы-19,69 | <b>32-12</b> |
| 50/50        | <b>Биточки тушеные с</b><br><i>свинина б/к (лопатка), морковь, лук репчатый, сметана 15%, масло сливочное, мука пшеничная, огурцы соленые,<br/>соль, масло растительное, томатная паста.</i>        | Калорийность-284,24, Белки-8,6, Жиры-<br>25,16. Углеводы-5,66  | <b>80-46</b> |
| 100          | <b>Рис отварной</b><br><i>крупа рисовая, масло сливочное, соль</i>  | Калорийность-153,54, Белки-2,54, Жиры-<br>4,07. Углеводы-26,68 | <b>16-95</b> |
| 200          | <b>Компот из изюма</b><br><i>изюм, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</i>  | Калорийность-115,23, Белки-0,46, Жиры-<br>0,1. Углеводы-28,13  | <b>14-36</b> |

|                      |                       |   |               |
|----------------------|-----------------------|---|---------------|
| 85                   | <b>Мандарины</b>      | Калорийность-32,3, Белки-0,68, Жиры-0,17, Углеводы-6.38       | <b>27-79</b>  |
| 30                   | <b>Хлеб пшеничный</b> | Калорийность-70,5, Белки-2,28, Жиры-0,24, Углеводы-14.76      | <b>4-62</b>   |
| 26                   | <b>Хлеб столичный</b> | Калорийность-60,32, Белки-1,46, Жиры-0.29, Углеводы-12.84     | <b>3-70</b>   |
| <b>Итого за ЦСО2</b> |                       | Калорийность-868,91, Белки-21,94, Жиры-35.59, Углеводы-114.14 | <b>180-00</b> |
| Бухгалтер            | Зав. производством    | Директор школы  |               |

## **МЕНЮ НА 17 МАЯ ЛИЦЕЙ**

### Завтрак

|                         |   |  |               |
|-------------------------|---|--|---------------|
| 100/20                  | <b>Запеканка из творога со сгущ. молоком</b><br><i>творог, молоко сгущенное, сахар - песок, крупа манная, масло сливочное, сухари панировочные, сметана 15%, яйцо столовое, соль, ванилин</i> | Калорийность-302,47, Белки-22,21, Жиры-10,53, Углеводы-28,79 | <b>91-55</b>  |
| 200/15/7                | <b>Чай с сахаром и лимоном</b><br><i>сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой</i>  | Калорийность-61,41, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-15,18    | <b>5-66</b>   |
| 32                      | <b>Батон нарезной</b>   | Калорийность-83,84, Белки-2,4, Жиры-0,93, Углеводы-16.45     | <b>6-79</b>   |
| <b>Итого за Завтрак</b> |   | Калорийность-447,72, Белки-24,67, Жиры-11.47, Углеводы-60.42 | <b>104-00</b> |

### Завтрак льготный

|                                  |  |   |               |
|----------------------------------|--|---|---------------|
| 120/20                           | <b>Запеканка из творога со сгущ. молоком 120/20</b><br><i>творог, молоко сгущенное, сахар - песок, крупа манная, яйцо столовое, масло сливочное, сухари панировочные, сметана 15%, соль, ванилин</i> | Калорийность-354,68, Белки-26,7, Жиры-12,62, Углеводы-32,34 | <b>108-05</b> |
| 200/15/7                         | <b>Чай с сахаром и лимоном</b><br><i>сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой</i>   | Калорийность-61,41, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-15,18   | <b>5-66</b>   |
| 30                               | <b>Батон нарезной</b>  | Калорийность-78,6, Белки-2,25, Жиры-0,87, Углеводы-15.42    | <b>6-29</b>   |
| <b>Итого за Завтрак льготный</b> |  | Калорийность-494,69, Белки-29,01, Жиры-13.5, Углеводы-62.94 | <b>120-00</b> |
| Бухгалтер                        | Зав. производством   | Директор школы  |               |

## **МЕНЮ НА 17 МАЯ ЛИЦЕЙ**

### Обед

|                      |   |  |               |
|----------------------|---|--|---------------|
| 250/2                | <b>Суп картоф. с бобовыми(горох) с зеленью</b><br><i>картофель, горох шлиф., лук репчатый, морковь, масло растительное, соль, петрушка (зелень)</i> | Калорийность-141,55, Белки-5,49, Жиры-5,14, Углеводы-18,25   | <b>14-04</b>  |
| 50                   | <b>Биточек из свинины 50</b><br><i>свинина б/к (лопатка), хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, масло растительное, соль</i>           | Калорийность-202,91, Белки-6,65, Жиры-16, Углеводы-7.99      | <b>49-30</b>  |
| 100                  | <b>Рис отварной</b><br><i>крупа рисовая, масло сливочное, соль</i>  | Калорийность-153,54, Белки-2,54, Жиры-4.07, Углеводы-26.68   | <b>16-95</b>  |
| 30                   | <b>Помидор свежий</b>   | Калорийность-7,2, Белки-0,33, Жиры-0,06, Углеводы-1.14       | <b>10-50</b>  |
| 200                  | <b>Компот из изюма</b><br><i>изюм, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</i>  | Калорийность-115,23, Белки-0,46, Жиры-0.1, Углеводы-28.13    | <b>14-36</b>  |
| 35                   | <b>Хлеб столичный</b>   | Калорийность-81,2, Белки-1,96, Жиры-0,39, Углеводы-17.29     | <b>4-85</b>   |
| <b>Итого за Обед</b> |   | Калорийность-701,63, Белки-17,43, Жиры-25.76, Углеводы-99.48 | <b>110-00</b> |

### Обед льготный

|                               |  |   |               |
|-------------------------------|--|---|---------------|
| 250/2                         | <b>Суп картоф. с бобовыми(горох) с зеленью</b><br><i>картофель, горох шлиф., лук репчатый, морковь, масло растительное, соль, петрушка (зелень)</i>                                      | Калорийность-141,55, Белки-5,49, Жиры-5,14, Углеводы-18,25  | <b>14-04</b>  |
| 50/50                         | <b>Биточки тушеные с</b><br><i>свинина б/к (лопатка), морковь, лук репчатый, сметана 15%, масло сливочное, мука пшеничная, огурцы соленые, соль, масло растительное, томатная паста.</i> | Калорийность-284,24, Белки-8,6, Жиры-25.16. Углеводы-5.66   | <b>80-46</b>  |
| 100                           | <b>Рис отварной</b><br><i>крупа рисовая, масло сливочное, соль</i>   | Калорийность-153,54, Белки-2,54, Жиры-4.07. Углеводы-26.68  | <b>16-95</b>  |
| 200                           | <b>Компот из изюма</b><br><i>изюм, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</i>   | Калорийность-115,23, Белки-0,46, Жиры-0.1. Углеводы-28.13   | <b>14-36</b>  |
| 30                            | <b>Хлеб столичный</b>  | Калорийность-69,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14.82    | <b>4-19</b>   |
| <b>Итого за Обед льготный</b> |  | Калорийность-764,16, Белки-18,77, Жиры-34.8. Углеводы-93.54 | <b>130-00</b> |

Бухгалтер

Зав.  
производством

Директор  
школы

## **МЕНЮ НА 17 МАЯ ЛИЦЕЙ**

### Сотрудники

|              |  |  |              |
|--------------|--|--|--------------|
| 100/2        | <b>Салат "Столичный"</b><br><i>куриные грудки филе, картофель, огурцы свежие, горошек зеленый., масло растительное, яйцо столовое, соль йодированная, зелень (укроп/петрушка)</i>        | Калорийность-221,48, Белки-9,06, Жиры-18.15. Углеводы-5.06   | <b>59-02</b> |
| 100          | <b>Салат из сырых овощей с пекинск. капустой</b><br><i>огурцы свежие, помидоры свежие, капуста пекинская, морковь, масло растительное, соль йодированная, зелень (укроп/петрушка)</i>    | Калорийность-73,23, Белки-1,01, Жиры-6,14, Углеводы-2,57     | <b>30-78</b> |
| 100          | <b>Салат из свеклы с сыром и чесноком</b><br><i>свекла, сыр твердый, масло растительное, соль йодированная, чеснок</i>   | Калорийность-132,22, Белки-5,19, Жиры-9,07, Углеводы-7,28    | <b>31-27</b> |
| 250/20/<br>2 | <b>Суп картоф. с бобовыми(горох) с зеленью с мясом (филе)</b><br><i>картофель, горох шлиф., куриные грудки филе, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль, петрушка (зелень)</i>  | Калорийность-152,78, Белки-5,92, Жиры-5,56, Углеводы-19,69   | <b>32-12</b> |
| 50/15        | <b>Поджарка из свинины</b><br><i>свинина б/к (лопатка), лук репчатый, масло растительное, томатная паста., соль</i>  | Калорийность-325,11, Белки-10,48, Жиры-30.34. Углеводы-2.4   | <b>89-79</b> |
| 50/50        | <b>Биточки тушеные с</b><br><i>свинина б/к (лопатка), морковь, лук репчатый, сметана 15%, масло сливочное, мука пшеничная, огурцы соленые, соль, масло растительное, томатная паста.</i> | Калорийность-284,24, Белки-8,6, Жиры-25.16. Углеводы-5.66    | <b>80-46</b> |
| 80           | <b>Филе куриное "Забава"</b><br><i>куриные грудки филе, масло растительное, сыр твердый, яйцо столовое, мука пшеничная, соль</i>   | Калорийность-253,91, Белки-13,87, Жиры-20.53. Углеводы-3.39  | <b>69-35</b> |
| 110          | <b>Котлета "Пожарская"</b><br><i>куриные грудки филе, батон нарезной, хлеб пшеничный, яйцо столовое, масло растительное, соль</i>  | Калорийность-347,64, Белки-16,65, Жиры-22.59. Углеводы-19.46 | <b>77-21</b> |
| 50           | <b>Рыба в яйце (треска) 50</b><br><i>треска филе зам., яйцо столовое, мука пшеничная, масло растительное, соль</i>   | Калорийность-107,07, Белки-10,42, Жиры-5.88. Углеводы-3.19   | <b>95-39</b> |
| 150          | <b>Макаронны отварные 150</b><br><i>макаронные изделия, масло сливочное, соль</i>  | Калорийность-216,72, Белки-5,8, Жиры-5.01. Углеводы-37.05    | <b>16-41</b> |
| 150/20/<br>5 | <b>Макаронны отварные с сыром 150</b><br><i>макаронные изделия, сыр твердый, масло сливочное, соль</i>   | Калорийность-328,81, Белки-11,44, Жиры-14,82, Углеводы-37,09 | <b>54-42</b> |
| 150          | <b>Рис отварной 150</b><br><i>крупа рисовая, масло сливочное, соль</i>   | Калорийность-230,31, Белки-3,81, Жиры-6.11. Углеводы-40.01   | <b>25-44</b> |

|              |   |  |              |
|--------------|---|--|--------------|
| 150          | <b>Капуста тушеная 150</b><br><i>капуста б/к, лук репчатый, масло сливочное, сахар - песок, томатная паста., морковь, соль, мука пшеничная, лимон. кислота, лавровый лист</i> | Калорийность-118,32, Белки-3,61, Жиры-4.54. Углеводы-15.25   | <b>27-17</b> |
| 200          | <b>Компот из изюма</b><br><i>изюм, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</i>  | Калорийность-115,23, Белки-0,46, Жиры-0.1. Углеводы-28.13    | <b>14-36</b> |
| 200          | <b>Чай с сахаром</b><br><i>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</i>   | Калорийность-59,03, Углеводы-14,97                           | <b>3-83</b>  |
| 200/15/<br>7 | <b>Чай с сахаром и лимоном</b><br><i>сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой</i>  | Калорийность-61,41, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-15,18    | <b>5-66</b>  |
| 7            | <b>Лимон порц.</b>  | Калорийность-2,38, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-0.21      | <b>1-83</b>  |
| 200          | <b>Сок фруктовый 0,2</b>  | Калорийность-92, Белки-1, Жиры-0,2, Углеводы-20.2            | <b>34-65</b> |
| 200          | <b>Напиток фруктовый 0.2</b>  | Калорийность-92, Белки-1, Жиры-0,2, Углеводы-20.2            | <b>30-63</b> |
| 100          | <b>Пицца школьная с колбасой</b><br><i>тесто дрожжевое для ватрушек, пирогов, кулебяк и др., помидоры свежие, колбаса, сыр твердый, томатная</i>                              | Калорийность-282,21, Белки-11,82, Жиры-11.68. Углеводы-32.13 | <b>51-12</b> |
| 80           | <b>Лепешка сырная</b><br><i>тесто дрожжевое для ватрушек, пирогов, кулебяк и др., сыр твердый, томатная паста., мука пшеничная, яйцо столовое, масло растительное</i>         | Калорийность-265,04, Белки-11,2, Жиры-8.31. Углеводы-36.08   | <b>41-98</b> |
| 52/50        | <b>Сосиска в тесте запеченная</b><br><i>тесто дрожжевое для ватрушек, пирогов, кулебяк и др., сосиски, яйцо столовое, мука пшеничная, масло</i>                               | Калорийность-303,32, Белки-10,65, Жиры-15.85. Углеводы-29.53 | <b>37-91</b> |
| 75/15        | <b>Булочка в шоколаде 75/15</b><br><i>мука пшеничная, шоколад молочный, сахар - песок, масло сливочное, соль, дрожжи сухие, масло растительное</i>                            | Калорийность-316,2, Белки-8,04, Жиры-8.17. Углеводы-52.71    | <b>41-49</b> |
| 30           | <b>Хлеб пшеничный</b>   | Калорийность-70,5, Белки-2,28, Жиры-0,24, Углеводы-14.76     | <b>4-62</b>  |
| 30           | <b>Хлеб столичный</b>   | Калорийность-69,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14.82     | <b>4-20</b>  |
| 30           | <b>Батон нарезной</b>   | Калорийность-78,6, Белки-2,25, Жиры-0,87, Углеводы-15.42     | <b>6-30</b>  |

Бухгалтер

Зав.  
производством

Директор  
школы

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 479392069178180993905932985988858338549683813879

Владелец Шемякина Татьяна Павловна

Действителен с 07.04.2023 по 06.04.2024