

МЕНЮ НА 23 СЕНТЯБРЯ ЛИЦЕЙ, ЦСО

| Выпуск | Наименование блюда | №, тех. (кварт), БСЖ (г), Углеводы (г), Жиры (г), Белки (г), Витамины (мкг), Минералы (мг) | Стоимость |
|-------------------------------|---|--|---------------|
| ЦСО 1 завтрак | | | |
| 30 | Сыр парм. | Калорийность-105, Белки-8, Жир-8 | 44-75 |
| 10 | Масло сливочное | Калорийность-75, Жир-8 | 17-12 |
| 200/10 | Каша жидкая молочная пшеница с маслом | Калорийность-290, Белки-8, Жир-12, Углеводы-37 | 40-50 |
| 200 | Кофейный напиток с молоком | Калорийность-152, Белки-3, Жир-3, Углеводы-27 | 25-42 |
| 70 | Яблоко св. | Калорийность-33, Углеводы-7 | 16-38 |
| 25 | Батон парезной | Калорийность-66, Белки-2, Жир-1 | 5-47 |
| Итого за ЦСО 1 завтрак | | | 149-64 |
| ЦСО 1 | | | |
| 250/20 | Суп картофельный с рыбой свежей (треска) | Калорийность-136, Белки-6, Жир-3, Углеводы-21 | 45-33 |
| 38/25 | Колбаски "По-домашнему" 38/25 (сое.) | Калорийность-139, Белки-8, Жир-10, Углеводы-4 | 52-14 |
| 150 | Рис отварной 150 | Калорийность-230, Белки-4, Жир-6, Углеводы-40 | 26-84 |
| 30 | Помидор свежий | Калорийность-7, Углеводы-1 | 8-25 |
| 200 | Напиток апельсиновый | Калорийность-102, Углеводы-25 | 10-39 |
| 25 | Хлеб пшеничный | Калорийность-58, Белки-1, Углеводы-12 | 3-51 |
| 25 | Хлеб пшеничный | Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12 | 3-90 |
| Итого за ЦСО 1 | | | 150-36 |
| Итого за ЦСО 1 завтрак | | | 300-00 |

МЕНЮ НА 23 СЕНТЯБРЯ ЛИЦЕЙ, ЦСО

| Выпуск | Наименование блюда | №, тех. (кварт), БСЖ (г), Углеводы (г), Жиры (г), Белки (г), Витамины (мкг), Минералы (мг) | Стоимость |
|-------------------------------|---|--|---------------|
| ЦСО 2 | | | |
| 250/20 | Суп картофельный с рыбой свежей (треска) | Калорийность-136, Белки-6, Жир-3, Углеводы-21 | 45-33 |
| 38/25 | Колбаски "По-домашнему" 38/25 (сое.) | Калорийность-139, Белки-8, Жир-10, Углеводы-4 | 52-14 |
| 150 | Рис отварной 150 | Калорийность-230, Белки-4, Жир-6, Углеводы-40 | 26-84 |
| 30 | Помидор свежий | Калорийность-7, Углеводы-1 | 8-25 |
| 30 | Огурец свежий | Калорийность-3 | 5-54 |
| 200 | Напиток апельсиновый | Калорийность-102, Углеводы-25 | 10-39 |
| 100 | Яблоко св. | Калорийность-47, Углеводы-10 | 23-40 |
| 30 | Хлеб пшеничный | Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15 | 4-21 |
| 25 | Хлеб пшеничный | Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12 | 3-90 |
| Итого за ЦСО 2 | | | 180-00 |
| Итого за ЦСО 2 завтрак | | | 300-00 |

МЕНЮ НА 23 СЕНТЯБРЯ ЛИЦЕЙ

| Выпуск | Наименование блюда | №, тех. (кварт), БСЖ (г), Углеводы (г), Жиры (г), Белки (г), Витамины (мкг), Минералы (мг) | Стоимость |
|---------------------------|---|--|---------------|
| 38/25 | Колбаски "По-домашнему" 38/25 (сое.) | Калорийность-139, Белки-8, Жир-10, Углеводы-4 | 52-14 |
| 100 | Рис отварной 100 | Калорийность-154, Белки-3, Жир-4, Углеводы-17 | 17-89 |
| 25 | Огурец свежий | Калорийность-3 | 4-62 |
| 200 | Кофейный напиток с молоком | Калорийность-152, Белки-3, Жир-3, Углеводы-27 | 25-42 |
| 25 | Хлеб пшеничный | Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12 | 3-93 |
| Итого за завтрак 1 | | | 104-00 |
| Льготный завтрак | | | |
| 38/25 | Колбаски "По-домашнему" 38/25 (сое.) | Калорийность-139, Белки-8, Жир-10, Углеводы-4 | 52-14 |
| 100 | Рис отварной 100 | Калорийность-154, Белки-3, Жир-4, Углеводы-17 | 17-89 |
| 20 | Помидор свежий | Калорийность-5, Углеводы-1 | 5-50 |
| 200 | Кофейный напиток с молоком | Калорийность-152, Белки-3, Жир-3, Углеводы-27 | 25-42 |
| 70 | Яблоко св. | Калорийность-33, Углеводы-7 | 16-38 |
| 17 | Хлеб пшеничный | Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8 | 2-67 |
| Итого за завтрак 2 | | | 120-00 |

МЕНЮ НА 23 СЕНТЯБРЯ ЛИЦЕЙ

| Выпуск | Наименование блюда | №, тех. (кварт), БСЖ (г), Углеводы (г), Жиры (г), Белки (г), Витамины (мкг), Минералы (мг) | Стоимость |
|----------------------|--|--|---------------|
| Обед | | | |
| 250/20 | Суп картофельный с рыбой свежей (треска) | Калорийность-136, Белки-6, Жир-3, Углеводы-21 | 45-33 |
| 60/50 | Тефтели (свин.) в томатном соусе без риса | Калорийность-264, Белки-7, Жир-20, Углеводы-13 | 37-09 |
| 100 | Макаронные отварные | Калорийность-144, Белки-4, Жир-3, Углеводы-75 | 11-19 |
| 20 | Огурец свежий | Калорийность-2 | 3-69 |
| 200 | Напиток апельсиновый | Калорийность-102, Углеводы-25 | 10-39 |
| 17 | Хлеб пшеничный | Калорийность-39, Белки-1, Углеводы-8 | 2-31 |
| Итого за Обед | | | 110-00 |

МЕНЮ НА 23 СЕНТЯБРЯ ЛИЦЕЙ

| Выпуск | Наименование блюда | №, тех. (кварт), БСЖ (г), Углеводы (г), Жиры (г), Белки (г), Витамины (мкг), Минералы (мг) | Стоимость |
|------------------------|--|--|---------------|
| Льготный обед | | | |
| 250/20 | Суп картофельный с рыбой свежей (треска) | Калорийность-136, Белки-6, Жир-3, Углеводы-21 | 45-33 |
| 60/50 | Тефтели (свин.) в томатном соусе без риса | Калорийность-264, Белки-7, Жир-20, Углеводы-13 | 37-09 |
| 100 | Макаронные отварные | Калорийность-144, Белки-4, Жир-3, Углеводы-75 | 11-19 |
| 200 | Напиток апельсиновый | Калорийность-102, Углеводы-25 | 10-39 |
| 70 | Груша | Калорийность-33, Углеводы-7 | 22-28 |
| 27 | Хлеб пшеничный | Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13 | 3-72 |
| Итого за Обед 1 | | | 130-00 |

МЕНЮ НА 23 СЕНТЯБРЯ ЛИЦЕЙ

| Выпуск | Наименование блюда | №, тех. (кварт), БСЖ (г), Углеводы (г), Жиры (г), Белки (г), Витамины (мкг), Минералы (мг) | Стоимость |
|-----------------------|---|--|---------------|
| Сотришки | | | |
| 100 | Салат "Здоровье" | Калорийность-141, Белки-3, Жир-12, Углеводы-6 | 25-39 |
| 100 | Салат из св.помидоров и огурцов с зеленью | Калорийность-70, Белки-1, Жир-6, Углеводы-2 | 22-66 |
| 100 | Салат из пекан,капусты с пивным сладким | Калорийность-80, Белки-1, Жир-5, Углеводы-7 | 37-34 |
| 250/20 | Суп картофельный с рыбой свежей (треска) | Калорийность-136, Белки-6, Жир-3, Углеводы-21 | 45-33 |
| 200/10 | Каша жидкая молочная пшеница с маслом | Калорийность-290, Белки-8, Жир-12, Углеводы-37 | 40-50 |
| 38/25 | Колбаски "По-домашнему" 38/25 (сое.) | Калорийность-139, Белки-8, Жир-10, Углеводы-4 | 52-14 |
| 60/50 | Тефтели (свин.) в томатном соусе без риса | Калорийность-264, Белки-7, Жир-20, Углеводы-13 | 37-09 |
| 80 | Филе куриное " Забава" | Калорийность-254, Белки-14, Жир-21, Углеводы-4 | 57-53 |
| 50/15 | Поджарка из свинины | Калорийность-325, Белки-10, Жир-30, Углеводы-2 | 56-12 |
| 50 | Рыба в яйце(треска) 50 | Калорийность-107, Белки-10, Жир-6, Углеводы-1 | 66-55 |
| 150 | Рис отварной 150 | Калорийность-230, Белки-4, Жир-6, Углеводы-40 | 26-84 |
| 150 | Картофель отварной 150 | Калорийность-155, Белки-3, Жир-5, Углеводы-24 | 26-65 |
| 150 | Макаронные отварные с сыром 150 | Калорийность-329, Белки-11, Жир-15, Углеводы-37 | 16-76 |
| 150/20 | Макаронные отварные с сыром 150 | Калорийность-329, Белки-11, Жир-15, Углеводы-37 | 57-50 |
| 200 | Напиток апельсиновый | Калорийность-102, Углеводы-25 | 10-39 |
| 200 | Чай с сахаром | Калорийность-59, Углеводы-15 | 3-94 |
| 200/15 | Чай с сахаром и лимоном | Калорийность-61, Углеводы-15 | 5-99 |
| 7 | Лимон парм. | Калорийность-2 | 2-04 |
| 0,5 | Вода мин. Карельская жемчужина 0,5л. | | 38-84 |
| 52/50 | Сосиска в тесте запеченная | Калорийность-303, Белки-11, Жир-16, Углеводы-30 | 37-68 |
| 100 | Пицца школьная с п/к колбасой | Калорийность-282, Белки-12, Жир-12, Углеводы-25 | 51-85 |
| 75/15 | Булочка "Домашняя" с сахаром | Калорийность-346, Белки-6, Жир-10, Углеводы-59 | 30-61 |
| 60/50/1 | Школьный бургер (колбаса говядина) св. огури | Калорийность-398, Белки-18, Жир-16, Углеводы-46 | 86-71 |
| 30 | Хлеб пшеничный | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15 | 4-68 |
| 30 | Хлеб пшеничный | Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15 | 4-21 |
| 30 | Батон парезной | Калорийность-79, Белки-2, Жир-1, Углеводы-15 | 6-43 |
| Итого за ЦСО 2 | | | 300-00 |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575782

Владелец Шемякина Татьяна Павловна

Действителен с 04.05.2022 по 04.05.2023