

**МЕНЮ НА 5 ОКТЯБРЯ ЛИЦЕЙ, ЦСО**

Виды	Наименование блюда	№ тех. специф. Блюда (№, Углекисл. Г.С.)	Сумма
<b>ЦСО 1 завтрак</b>			
100/20	<b>Запеканка из творога со сметаной, молоком</b> кисл. 2%, масло сливочное, сахар-песок, крупа манная, масло сливочное, стиринг ванильный, сметана 20%, яйца куриные, соль, ванилин	Калорийность-302, Белки-22, Жир-11, Углеводы-29	86-25
200/10	<b>Каша жидкая молочная манная с маслом</b> кисл. 2%, молоко, манная крупа, сахар-песок, масло сливочное, сметана 20%	Калорийность-256, Белки-6, Жир-11, Углеводы-33	39-16
200	<b>Кофейный напиток с сахаром</b> сахар-песок, чай черный (экстракт)	Калорийность-48, Белки-2, Жир-1, Углеводы-10	5-55
26	<b>Батон нарезной</b> Итого за ЦСО 1 завтрак	Калорийность-778, Белки-34, Жир-25, Углеводы-107	156-38
<b>ЦСО 1 обед</b>			
250/20/2/10	<b>Рассольник ленинградский с мясом ( филе) со сметаной , с зеленью</b> картофель, куриное филе, куриное сало, морковь, сметана 17%, укроп петрушка, лук репчатый, масло растительное, соль, болгарский перец	Калорийность-191, Белки-6, Жир-11, Углеводы-17	36-36
75	<b>Биточки рубленые из птицы (филе) 75</b> куриное филе, яйцо, манная крупа, сметана 20%, соль поваренная, специи	Калорийность-242, Белки-13, Жир-16, Углеводы-12	49-23
100	<b>Каша рассыпчатая речневая</b> кисл. 2%, речневая крупа, вода	Калорийность-155, Белки-5, Жир-4, Углеводы-24	17-74
200	<b>Напиток из плодов шиповника</b> ягоды шиповника сушеные, сахар-песок, аскорбиновая кислота	Калорийность-131, Белки-1, Углеводы-29	20-05
45	<b>Груша</b> груша	Калорийность-21, Углеводы-5	14-32
40	<b>Хлеб столычный</b> Итого за ЦСО 1 обед	Калорийность-46, Белки-1, Углеводы-10	2-80
20	<b>Хлеб пшеничный</b> Итого за ЦСО 1 обед	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	3-12
		Калорийность-834, Белки-28, Жир-31, Углеводы-107	143-62
		<b>Итого</b>	<b>300-00</b>

Бюджет	№	Директор	
протокол	инициалы	подпись	
<b>МЕНЮ НА 5 ОКТЯБРЯ ЛИЦЕЙ, ЦСО</b>			
<b>ЦСО</b>			
250/20/2/10	<b>Рассольник ленинградский с мясом ( филе) со сметаной , с зеленью</b> картофель, куриное филе, куриное сало, морковь, сметана 17%, укроп петрушка, лук репчатый, масло растительное, соль, болгарский перец	Калорийность-191, Белки-6, Жир-11, Углеводы-17	36-36
75	<b>Биточки рубленые из птицы (филе) 75</b> куриное филе, яйцо, манная крупа, сметана 20%, соль поваренная, специи	Калорийность-242, Белки-13, Жир-16, Углеводы-12	49-23
150	<b>Каша рассыпчатая речневая 150</b> кисл. 2%, речневая крупа, вода	Калорийность-232, Белки-8, Жир-6, Углеводы-36	26-61
200	<b>Напиток из плодов шиповника</b> ягоды шиповника сушеные, сахар-песок, аскорбиновая кислота	Калорийность-131, Белки-1, Углеводы-29	20-05
120	<b>Груша</b> груша	Калорийность-56, Углеводы-12	38-20
34	<b>Хлеб пшеничный</b> Итого за ЦСО	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-17	5-34
30	<b>Хлеб столычный</b> Итого за ЦСО	Калорийность-20, Белки-2, Углеводы-11	4-21
		Калорийность-1 002, Белки-31, Жир-31, Углеводы-138	180-00
Бюджет	№	Директор	
протокол	инициалы	подпись	

Бюджет	№	Директор	
протокол	инициалы	подпись	
<b>МЕНЮ НА 5 ОКТЯБРЯ ЛИЦЕЙ</b>			
<b>Завтрак</b>			
110/22	<b>Запеканка из творога со сметаной, молоком</b> кисл. 2%, масло сливочное, сахар-песок, крупа манная, масло сливочное, стиринг ванильный, сметана 20%, яйца куриные	Калорийность-334, Белки-25, Жир-12, Углеводы-30	95-99
200	<b>Чай с сахаром</b> сахар-песок, чай черный (экстракт)	Калорийность-59, Углеводы-15	3-94
26	<b>Хлеб пшеничный</b> Итого за завтрак	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-13	4-07
		Калорийность-455, Белки-27, Жир-12, Углеводы-58	104-00
<b>Завтрак, обедный</b>			
100/10	<b>Запеканка из творога со сметаной, молоком</b> кисл. 2%, масло сливочное, сахар-песок, крупа манная, масло сливочное, стиринг ванильный, сметана 20%, яйца куриные	Калорийность-277, Белки-20, Жир-10, Углеводы-28	79-06
200	<b>Чай с сахаром</b> сахар-песок, чай черный (экстракт)	Калорийность-59, Углеводы-15	3-94
100	<b>Груша</b> груша	Калорийность-47, Углеводы-10	21-83
33	<b>Хлеб пшеничный</b> Итого за завтрак, обедный	Калорийность-78, Белки-3, Углеводы-16	5-17
		Калорийность-461, Белки-23, Жир-10, Углеводы-68	120-00
Бюджет	№	Директор	
протокол	инициалы	подпись	

Бюджет	№	Директор	
протокол	инициалы	подпись	
<b>МЕНЮ НА 5 ОКТЯБРЯ ЛИЦЕЙ</b>			
<b>Обед</b>			
250/10/2	<b>Рассольник ленинградский со сметаной и зеленью</b> картофель, куриное филе, куриное сало, морковь, сметана 17%, укроп петрушка, лук репчатый, масло растительное, соль, болгарский перец	Калорийность-143, Белки-3, Жир-7, Углеводы-17	22-42
50	<b>Биточки рубленые из птицы (филе) 50</b> куриное филе, яйцо, манная крупа, сметана 20%, соль поваренная, специи	Калорийность-162, Белки-8, Жир-10, Углеводы-9	31-98
100	<b>Каша рассыпчатая речневая</b> кисл. 2%, речневая крупа, вода	Калорийность-155, Белки-5, Жир-4, Углеводы-24	17-74
30	<b>Помидор свежий</b> Итого за обед	Калорийность-7, Углеводы-1	13-07
200	<b>Напиток из плодов шиповника</b> ягоды шиповника сушеные, сахар-песок, аскорбиновая кислота	Калорийность-131, Белки-1, Углеводы-29	20-05
34	<b>Хлеб столычный</b> Итого за обед	Калорийность-79, Белки-2, Углеводы-17	4-74
		Калорийность-677, Белки-19, Жир-22, Углеводы-97	110-00
<b>Обед, вечерний</b>			
250/20/2/10	<b>Рассольник ленинградский с мясом ( филе) со сметаной , с зеленью</b> картофель, куриное филе, куриное сало, морковь, сметана 17%, укроп петрушка, лук репчатый, масло растительное, соль, болгарский перец	Калорийность-191, Белки-6, Жир-11, Углеводы-17	36-36
50	<b>Биточки рубленые из птицы (филе) 50</b> куриное филе, яйцо, манная крупа, сметана 20%, соль поваренная, специи	Калорийность-162, Белки-8, Жир-10, Углеводы-9	31-98
100	<b>Каша рассыпчатая речневая</b> кисл. 2%, речневая крупа, вода	Калорийность-155, Белки-5, Жир-4, Углеводы-24	17-74
30	<b>Помидор свежий</b> Итого за обед, вечерний	Калорийность-7, Углеводы-1	13-07
200	<b>Напиток из плодов шиповника</b> ягоды шиповника сушеные, сахар-песок, аскорбиновая кислота	Калорийность-131, Белки-1, Углеводы-29	20-05
27	<b>Хлеб столычный</b> Итого за обед, вечерний	Калорийность-65, Белки-2, Углеводы-13	3-82
		Калорийность-710, Белки-23, Жир-26, Углеводы-91	130-00
Бюджет	№	Директор	
протокол	инициалы	подпись	

Бюджет	№	Директор	
протокол	инициалы	подпись	
<b>МЕНЮ НА 5 ОКТЯБРЯ ЛИЦЕЙ</b>			
<b>Студенческое</b>			
100	<b>Салат из пекан,капусты с тертым сыром</b> пекан, капуста, сыр, лук, майонез, масло растительное, болгарский перец, соль поваренная, специи	Калорийность-80, Белки-1, Жир-5, Углеводы-7	37-34
100	<b>Салат из свеклы с сыром и мяском</b> свекла, сыр, морковь, масло растительное, соль поваренная, специи	Калорийность-132, Белки-5, Жир-9, Углеводы-7	31-42
100	<b>Салат " Морковь острая"</b> морковь, масло растительное, чеснок, сахар-песок, соль поваренная, лимон, специи	Калорийность-139, Белки-1, Жир-10, Углеводы-18	14-81
250/20/2/10	<b>Рассольник ленинградский с мясом ( филе) со сметаной , с зеленью</b> картофель, куриное филе, куриное сало, морковь, сметана 17%, укроп петрушка, лук репчатый, масло растительное, соль, болгарский перец	Калорийность-191, Белки-6, Жир-11, Углеводы-17	36-36
120/20	<b>Запеканка из творога со сметаной, молоком 120/20</b> кисл. 2%, масло сливочное, сахар-песок, крупа манная, масло сливочное, стиринг ванильный, сметана 20%, яйца куриные	Калорийность-355, Белки-27, Жир-13, Углеводы-32	101-81
50	<b>Биточки рубленые из птицы (филе) 50</b> куриное филе, яйцо, манная крупа, сметана 20%, соль поваренная, специи	Калорийность-162, Белки-8, Жир-10, Углеводы-9	31-98
50	<b>Рыба в яйце(треска) 50</b> рыба филе, яйцо, манная крупа, соль поваренная, специи	Калорийность-107, Белки-10, Жир-6, Углеводы-3	66-55
50/15	<b>Поджарка из свинины</b> свинина (с кожей), лук репчатый, масло растительное, специи	Калорийность-325, Белки-10, Жир-30, Углеводы-1	56-13
100	<b>Отбивная из птицы</b> куриное филе, соль поваренная, масло растительное, специи	Калорийность-305, Белки-15, Жир-22, Углеводы-11	57-43
150	<b>Каша рассыпчатая речневая 150</b> кисл. 2%, речневая крупа, вода	Калорийность-232, Белки-8, Жир-6, Углеводы-36	26-61
150	<b>картофель жарен в вареном 150</b> картофель, масло растительное, соль	Калорийность-209, Белки-4, Жир-15, Углеводы-29	25-46
150	<b>Капустяк старшая с мясом 150</b> капуста, мясо, сметана, соль	Калорийность-84, Белки-3, Жир-4, Углеводы-7	22-58
200	<b>Напиток из плодов шиповника</b> ягоды шиповника сушеные, сахар-песок, аскорбиновая кислота	Калорийность-131, Белки-1, Углеводы-29	20-05
200	<b>Кофейный напиток с сахаром</b> сахар-песок, чай черный (экстракт)	Калорийность-52, Белки-3, Жир-3, Углеводы-27	25-42
200	<b>Чай с сахаром</b> сахар-песок, чай черный (экстракт)	Калорийность-59, Углеводы-15	3-94
200/15/7	<b>Чай с сахаром и лимоном</b> сахар-песок, чай черный (экстракт)	Калорийность-61, Углеводы-15	5-99
7	<b>Лимон пори</b> лимон	Калорийность-2	2-04
0,5	<b>Вода мин. Карельская</b> карельская вода	Калорийность-0,5	38-84
200	<b>Сос фрутовый 0,2</b> фрукты, сахар-песок, вода	Калорийность-92, Белки-1, Углеводы-20	36-27
60/50/1	<b>Школьный бургер ( котлета свиная) отложен солен.</b> котлета свиная, хлеб белый, сыр (плавленый), специи	Калорийность-453, Белки-17, Жир-23, Углеводы-46	72-60
5/15/2	<b>Пирожок печеный с капустой и яйцом</b> капуста, яйцо, манная крупа, сметана 20%, соль поваренная, специи	Калорийность-188, Белки-6, Жир-5, Углеводы-31	14-35
75	<b>Булочка с джемом</b> дрожжи, сахар-песок, мука, яйца, соль поваренная, специи	Калорийность-116, Белки-7, Жир-15, Углеводы-13	44-00
102	<b>Хлеб пшеничный</b> Итого за студентское	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	4-68
30	<b>Хлеб столычный</b> Итого за студентское	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	4-21
30	<b>Батон нарезной</b> Итого за студентское	Калорийность-79, Белки-2, Жир-1, Углеводы-15	6-43
Бюджет	№	Директор	
протокол	инициалы	подпись	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575782

Владелец Шемякина Татьяна Павловна

Действителен с 04.05.2022 по 04.05.2023