

МЕНЮ НА 27 ОКТАБРЯ ЛИЦЕЙ, ЦСО

Выход	Наименование блюда	м. вес. (ккал), белок (г), углеводы (г), жиры (г)	Стоимость
ЦСО 1 завтрак			
30	Колбаса п/к (порциями)	Калорийность-112, Белок-5, Жир-10	20-46
10	Масло сливочное	Калорийность-75, Жир-8	17-12
200/10	Каша вязкая молочная пшеничная с маслом	Калорийность-151, Белок-3, Жир-11, Углеводы-11	40-74
200/15/7	Чай с сахаром и лимоном	Калорийность-61, Углеводы-15	5-99
185	Маюварини	Калорийность-70, Белок-1, Углеводы-14	60-12
30	Батон нарезной	Калорийность-588, Белок-12, Жир-30, Углеводы-55	6-43
Итого за ЦСО 1 завтрак			
			150-86
ЦСО 1 обед			
250/20/102	Борщ со св.капустой, с кап. мясом(филе), смет., лук, морковь, свекла, картофель, лук репчатый, перец, сметана 15%, мясная пассе, масло растительное, сахар -кисл., соль, зелень (укроп), лавровый лист	Калорийность-147, Белок-6, Жир-8, Углеводы-13	31-52
75	Биточек рыбный	Калорийность-105, Белок-7, Жир-5, Углеводы-8	70-65
150	Пюре картофельное 150	Калорийность-150, Белок-3, Жир-5, Углеводы-33	27-91
200	Напиток апельсиновый	Калорийность-102, Углеводы-25	10-23
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белок-2, Углеводы-15	4-62
30	Хлеб столичный	Калорийность-70, Белок-2, Углеводы-15	4-21
Итого за ЦСО 1 обед			
			149-14
Итого			
			300-00
Крутильщик	За производство	Директор школы	

МЕНЮ НА 27 ОКТАБРЯ ЛИЦЕЙ, ЦСО

Выход	Наименование блюда	м. вес. (ккал), белок (г), углеводы (г), жиры (г)	Стоимость
ЦСО 2			
250/20/102	Борщ со св.капустой, с кап. мясом(филе), смет., лук, морковь, свекла, картофель, лук репчатый, перец, сметана 15%, мясная пассе, масло растительное, сахар -кисл., соль, зелень (укроп), лавровый лист	Калорийность-147, Белок-6, Жир-8, Углеводы-13	31-52
75	Биточек рыбный	Калорийность-105, Белок-7, Жир-5, Углеводы-8	70-65
150	Пюре картофельное 150	Калорийность-150, Белок-3, Жир-5, Углеводы-22	27-91
200	Напиток апельсиновый	Калорийность-102, Углеводы-25	10-23
95	Маюварини	Калорийность-36, Белок-1, Углеводы-7	30-87
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-70, Белок-2, Углеводы-15	4-61
30	Хлеб столичный	Калорийность-68, Белок-2, Жир-9, Углеводы-10	4-21
Итого за ЦСО 2			
			180-00
Крутильщик	За производство	Директор школы	

МЕНЮ НА 27 ОКТАБРЯ ЛИЦЕЙ

Выход	Наименование блюда	м. вес. (ккал), белок (г), углеводы (г), жиры (г)	Стоимость
Завтрак			
75	Биточек рыбный	Калорийность-105, Белок-7, Жир-5, Углеводы-8	70-65
100	Пюре картофельное 100	Калорийность-100, Белок-2, Жир-4, Углеводы-15	18-54
15	Озурец свежий	Калорийность-2	5-23
200/15/7	Чай с сахаром и лимоном	Калорийность-61, Углеводы-15	5-99
23	Хлеб пшеничный	Калорийность-54, Белок-2, Углеводы-11	3-59
Итого за Завтрак			
			104-00
Завтрак полдний			
75	Биточек рыбный	Калорийность-105, Белок-7, Жир-5, Углеводы-8	70-65
100	Пюре картофельное 100	Калорийность-100, Белок-2, Жир-4, Углеводы-15	18-54
30	Помидор свежий	Калорийность-7, Углеводы-1	13-07
20	Озурец свежий	Калорийность-2	6-98
200/15/7	Чай с сахаром и лимоном	Калорийность-61, Углеводы-15	5-99
31	Хлеб пшеничный	Калорийность-73, Белок-2, Углеводы-15	4-77
Итого за завтрак полдний			
			120-00
Крутильщик	За производство	Директор школы	

МЕНЮ НА 27 ОКТАБРЯ ЛИЦЕЙ

Выход	Наименование блюда	м. вес. (ккал), белок (г), углеводы (г), жиры (г)	Стоимость
Обед			
250/15/102	Борщ со св.капустой с картофелем с мясом(гов), св. смет., зелень	Калорийность-129, Белок-5, Жир-7, Углеводы-13	35-60
50/5	Сосиски отварные с маслом 50/5	Калорийность-171, Белок-6, Жир-16	34-92
100	Каша рассыпчатая пшеничная	Калорийность-155, Белок-5, Жир-4, Углеводы-24	17-74
20	Озурец свежий	Калорийность-2	6-98
200	Напиток апельсиновый	Калорийность-102, Углеводы-25	10-23
32	Хлеб столичный	Калорийность-74, Белок-2, Углеводы-16	4-53
Итого за Обед			
			110-00
Обед полдний			
60	Салат из пекин.капусты с пивем сладким	Калорийность-48, Белок-1, Жир-3, Углеводы-8	22-26
250/15/102	Борщ со св.капустой с картофелем с мясом(гов), св. смет., зелень	Калорийность-129, Белок-5, Жир-7, Углеводы-13	35-60
50/5	Сосиски отварные с маслом 50/5	Калорийность-171, Белок-6, Жир-16	34-92
100	Каша рассыпчатая пшеничная	Калорийность-155, Белок-5, Жир-4, Углеводы-24	17-74
200	Напиток апельсиновый	Калорийность-102, Углеводы-25	10-23
30	Хлеб столичный	Калорийность-70, Белок-2, Углеводы-15	4-21
32	Хлеб пшеничный	Калорийность-75, Белок-2, Углеводы-16	5-04
Итого за Обед полдний			
			130-00
Крутильщик	За производство	Директор школы	

МЕНЮ НА 27 ОКТАБРЯ ЛИЦЕЙ

Выход	Наименование блюда	м. вес. (ккал), белок (г), углеводы (г), жиры (г)	Стоимость
Суперпродукты			
100	Салат из свежих с сыром и чесноком	Калорийность-132, Белок-5, Жир-9, Углеводы-7	31-42
100	Салат из пекин.капусты с пивем сладким	Калорийность-80, Белок-1, Жир-5, Углеводы-7	37-10
250/15/102	Борщ со св.капустой с картофелем с мясом(гов), св. смет., зелень	Калорийность-129, Белок-5, Жир-7, Углеводы-13	35-60
75	Биточек рыбный	Калорийность-105, Белок-7, Жир-5, Углеводы-8	70-65
50/15	Поджарка из свинины	Калорийность-325, Белок-10, Жир-30, Углеводы-7	56-13
110	Котлета " Пожарская "	Калорийность-348, Белок-17, Жир-23, Углеводы-14	62-75
50	Рыба в ядце(треска) 50	Калорийность-107, Белок-10, Жир-6, Углеводы-3	66-55
75	Шницель натуральный рубленый (свинина)	Калорийность-388, Белок-14, Жир-34, Углеводы-8	67-93
150	Пюре картофельное 150	Калорийность-150, Белок-3, Жир-5, Углеводы-22	27-91
150	Каша рассы.гречневая 150	Калорийность-232, Белок-8, Жир-6, Углеводы-36	26-61
200	Напиток апельсиновый	Калорийность-102, Углеводы-25	10-23
200	Чай с сахаром	Калорийность-59, Углеводы-15	3-94
200/15/7	Чай с сахаром и лимоном	Калорийность-61, Углеводы-15	5-99
7	Лимон порц.	Калорийность-2	2-04
0,5	Вода мин. Карельская эссемчужина 0,5л.		38-84
200	Сок фруктовый 0,2	Калорийность-92, Белок-1, Углеводы-20	34-13
200	Напиток фруктовый 0,2	Калорийность-92, Белок-1, Углеводы-20	34-13
85	Трубочка ветчинная	Калорийность-287, Белок-12, Жир-13, Углеводы-74	47-01
75/15	Булочка в шоколаде 75/15	Калорийность-316, Белок-8, Жир-8, Углеводы-51	47-77
75/15	Булочка "Домашняя" с гитлом	Калорийность-346, Белок-6, Жир-10, Углеводы-59	30-61
100/50/5	Блинчики с яблоками	Калорийность-377, Белок-9, Жир-10, Углеводы-57	51-23
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белок-2, Углеводы-15	4-62
30	Хлеб столичный	Калорийность-70, Белок-2, Углеводы-15	4-21
30	Батон нарезной	Калорийность-79, Белок-2, Жир-1, Углеводы-15	6-43
Крутильщик	За производство	Директор школы	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575782

Владелец Шемякина Татьяна Павловна

Действителен с 04.05.2022 по 04.05.2023