

МЕНЮ НА 29 НОЯБРЯ ЛИЦЕЙ, ЦСО

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
ЦСО 1 завтрак			
30	Колбаса п/к (порциями) <small>колбаса п/к</small>	Калорийность-112, Белки-5, Жиры-10	20-46
10	Масло сливочное	Калорийность-75, Жиры-8	17-12
200/10	Каша вязкая молочная пшеничная с маслом <small>молоко пастеризованное 2,5%, крупа пшени, масло сливочное, сахар - песок, соль</small>	Калорийность-290, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-38	40-66
200	Чай с сахаром <small>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</small>	Калорийность-59, Углеводы-15	3-94
100	Груша	Калорийность-47, Углеводы-10	31-83
30	Батон нарезной	Калорийность-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	6-43
Итого за ЦСО 1 завтрак		Калорийность-661, Белки-15, Жиры-32, Углеводы-78	120-44
ЦСО 1 обед			
250/20/2	Суп картоф. с бобовыми(горох) с зеленью с мясом (филе) <small>картофель, горох шлиф., куриные грудки филе, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль, петрушка (зелень)</small>	Калорийность-153, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-20	28-15
75	Биточки "По - беларусски" <small>говядина 1 кат., молоко пастеризованное 2,5%, лук репчатый, яйцо столовое, масло растительное, соль</small>	Калорийность-221, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-2	97-30
150	Каша рассып.гречневая 150 <small>крупа гречневая, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-232, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	26-61
200	Напиток брусничный <small>брусника, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</small>	Калорийность-91, Углеводы-22	20-61
23	Хлеб пшеничный	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-11	3-52
24	Хлеб столичный	Калорийность-56, Белки-1, Углеводы-12	3-37
Итого за ЦСО 1 обед		Калорийность-807, Белки-32, Жиры-30, Углеводы-102	179-56
ИТОГО			300-00

Бухгалтер

Зав.
производствомДиректор
школы**МЕНЮ НА 29 НОЯБРЯ ЛИЦЕЙ, ЦСО****ЦСО2**

250/20/2	Суп картоф. с бобовыми(горох) с зеленью с мясом (филе) <small>картофель, горох шлиф., куриные грудки филе, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль, петрушка (зелень)</small>	Калорийность-153, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-20	28-15
75	Биточки "По - беларусски" <small>говядина 1 кат., молоко пастеризованное 2,5%, лук репчатый, яйцо столовое, масло растительное, соль</small>	Калорийность-221, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-2	97-30
150	Каша рассып.гречневая 150 <small>крупа гречневая, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-232, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	26-61
200	Напиток брусничный <small>брусника, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</small>	Калорийность-91, Углеводы-22	20-61
25	Хлеб пшеничный	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	3-82
25	Хлеб столичный	Калорийность-58, Белки-1, Углеводы-12	3-51
Итого за ЦСО2		Калорийность-814, Белки-32, Жиры-30, Углеводы-104	180-00

Бухгалтер

Зав.
производствомДиректор
школы**МЕНЮ НА 29 НОЯБРЯ ЛИЦЕЙ****Завтрак**

50	Биточки "По - беларусски" (гов.) 50 <small>говядина 1 кат., молоко пастеризованное 2,5%, лук репчатый, яйцо столовое, масло растительное, соль</small>	Калорийность-157, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-1	69-12
100	Каша рассыпчатая гречневая <small>крупа гречневая, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-155, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-24	17-74

25	Огурец свежий	Калорийность-3	8-72
200	Чай с сахаром <i>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</i>	Калорийность-59, Углеводы-15	3-94
29	Хлеб пшеничный	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	4-48
Итого за Завтрак		Калорийность-441, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-54	104-00
<u>Завтрак льготный</u>			
50	Биточки "По - беларуски" (гов.) 50 <i>говядина 1 кат., молоко пастеризованное 2,5%, лук репчатый, яйцо столовое, масло растительное, соль</i>	Калорийность-157, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-1	69-12
150	Каша рассып. гречневая 150 <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-232, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	26-61
35	Помидор свежий	Калорийность-8, Углеводы-1	15-25
200	Чай с сахаром <i>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</i>	Калорийность-59, Углеводы-15	3-94
33	Хлеб пшеничный	Калорийность-78, Белки-3, Углеводы-16	5-08
Итого за Завтрак льготный		Калорийность-534, Белки-21, Жиры-19, Углеводы-69	120-00
Бухгалтер	Зав. производством	Директор школы	

МЕНЮ НА 29 НОЯБРЯ ЛИЦЕЙ

Обед

250/2	Суп картоф. с бобовыми(горох) с зеленью <i>картофель, горох, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль, петрушка (зелень)</i>	Калорийность-142, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-18	14-03
50	Мясо "По-министерски" (свинина) <i>свинина б/к (лопатка), сметана 15%, лук репчатый, яйцо столовое, масло растительное, крахмал картофельный, соль</i>	Калорийность-207, Белки-7, Жиры-18, Углеводы-3	38-78
100	Капуста тушеная 100 <i>капуста б/к, томатная паста., лук репчатый, масло сливочное, сахар - песок, морковь, мука пшеничная, лавровый лист, лимон. кислота</i>	Калорийность-51, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-6	19-54
15	кукуруза консервированная пори.		11-21
200	Напиток брусничный <i>брусника, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</i>	Калорийность-91, Углеводы-22	20-61
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	3-17
19	Хлеб столичный	Калорийность-44, Белки-1, Углеводы-9	2-66
Итого за Обед		Калорийность-582, Белки-16, Жиры-27, Углеводы-68	110-00

Обед льготный

250/20/ 2	Суп картоф. с бобовыми(горох) с зеленью с мясом (филе) <i>картофель, горох илиф., куриные грудки филе, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль, петрушка (зелень)</i>	Калорийность-153, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-20	28-15
75	Мясо "По-министерски" (свинина) <i>свинина б/к (лопатка), сметана 15%, лук репчатый, яйцо столовое, масло растительное, крахмал картофельный, соль</i>	Калорийность-311, Белки-10, Жиры-28, Углеводы-5	58-18
100	Капуста тушеная 100 <i>капуста б/к, томатная паста., лук репчатый, масло сливочное, сахар - песок, морковь, мука пшеничная, лавровый лист, лимон. кислота</i>	Калорийность-51, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-6	19-54
200	Напиток брусничный <i>брусника, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</i>	Калорийность-91, Углеводы-22	20-61
25	Хлеб столичный	Калорийность-58, Белки-1, Углеводы-12	3-52
Итого за Обед льготный		Калорийность-664, Белки-18, Жиры-37, Углеводы-65	130-00
Бухгалтер	Зав. производством	Директор школы	

МЕНЮ НА 29 НОЯБРЯ ЛИЦЕЙ

Сотрудники

100	Салат из пекин.капусты с перцем сладким	Калорийность-80, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-7	37-10
-----	--	--	--------------

капуста пекинская, перец сладкий, сахар - песок, масло растительное, петрушка (зелень), соль йодированная, лимон. кислота

100	Винегрет овощной с кваш. капустой и сол. огурц. с зел.	Калорийность-126, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-7	28-82
	<i>лук</i> картофель, свекла, огурцы соленые, морковь, капуста квашеная, лук зеленый (перо), масло растительное, горошек зеленый., соль йодированная		
100	Салат из моркови с	Калорийность-99, Белки-1, Углеводы-23	17-95
	<i>морковь, изюм, сахар, лимон</i>		
250/20/2	Суп картоф. с бобовыми(горох) с зеленью с мясом (филе)	Калорийность-153, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-20	28-15
	<i>картофель, горох шпиф., куриные грудки филе, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль, петрушка (зелень)</i>		
50/15	Поджарка из свинины	Калорийность-325, Белки-10, Жиры-30, Углеводы-2	56-13
	<i>свинина б/к (лопатка), лук репчатый, масло растительное, томатная паста., соль</i>		
75	Котлеты "Особые " 75	Калорийность-243, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-11	73-37
	<i>говядина 1 кат., свинина б/к (лопатка), молоко пастеризованное2.5%, хлеб пшеничный, сухари панцировочные, масло растительное, соль</i>		
75	Рыба в яйце (треска) 75	Калорийность-181, Белки-16, Жиры-10, Углеводы-6	99-83
	<i>треска филе зам., яйцо столовое, мука пшеничная, масло растительное, соль</i>		
75	Мясо "По-министерски" (свинина)	Калорийность-311, Белки-10, Жиры-28, Углеводы-5	58-18
	<i>свинина б/к (лопатка), сметана 15%, лук репчатый, яйцо столовое, масло растительное, крахмал картофельный, соль</i>		
150	Капуста тушеная 150	Калорийность-118, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-15	27-35
	<i>капуста б/к, лук репчатый, масло сливочное, сахар - песок, томатная паста., морковь, соль, мука пшеничная, лимон. кислота, лавровый лист</i>		
150	Каша рассып.гречневая 150	Калорийность-232, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	26-61
	<i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>		
150	Макаронны отварные 150	Калорийность-217, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-37	16-76
	<i>макаронные изделия, масло сливочное, соль</i>		
150/20/5	Макаронны отварные с сыром 150	Калорийность-329, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-37	57-50
	<i>макаронные изделия, сыр твердый, масло сливочное, соль</i>		
200	Напиток брусничный	Калорийность-91, Углеводы-22	20-61
	<i>брусника, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</i>		
200	Чай с сахаром	Калорийность-59, Углеводы-15	3-94
	<i>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</i>		
200/15/7	Чай с сахаром и лимоном	Калорийность-61, Углеводы-15	5-99
	<i>сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой</i>		
7	Лимон порц.	Калорийность-2	2-04
0,5	Вода мин. Карельская жемчужина 0,5л.		38-84
200	Сок фруктовый 0,2	Калорийность-92, Белки-1, Углеводы-20	34-13
200	Напиток фруктовый 0.2	Калорийность-92, Белки-1, Углеводы-20	34-13
100	Пицца школьная с п/к колбасой	Калорийность-282, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-32	55-07
	<i>тесто дрожжевое для ватрушек, пирогов, кулебяк и др., помидоры свежие, колбаса п/к, сыр твердый, томатная паста., укроп (зелень), мука пшеничная, яйцо столовое, масло растительное</i>		
52/50	Сосиска в тесте запеченная	Калорийность-303, Белки-11, Жиры-16, Углеводы-30	37-68
	<i>тесто дрожжевое для ватрушек, пирогов, кулебяк и др., сосиски, яйцо столовое, мука пшеничная, масло растительное</i>		
75	Пирожок печеный с яблоком 75	Калорийность-202, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-39	18-39
	<i>тесто дрожжевое для ватрушек, пирогов, кулебяк и др., фарш яблочный, мука пшеничная, яйцо столовое, масло</i>		
75/15	Булочка в шоколаде 75/15	Калорийность-316, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-53	47-77
	<i>мука пшеничная, шоколад молочный, сахар - песок, масло сливочное, соль, дрожжи сухие, масло растительное</i>		
102	Булочка с джемом обсыпная	Калорийность-416, Белки-7, Жиры-15, Углеводы-63	44-00
	<i>мука пшеничная, масло сливочное, сахар - песок, джем, соль, дрожжи сухие, масло растительное</i>		
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	4-68
30	Хлеб столичный	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	4-21
30	Батон нарезной	Калорийность-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	6-43

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575782

Владелец Шемякина Татьяна Павловна

Действителен с 04.05.2022 по 04.05.2023