*Объединение школьных столовых* **05.04.2023** 

## МЕНЮ НА 5 АПРЕЛЯ ЛИЦЕЙ, ЦСО

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	<u>ЦСО 1 завтра</u>		питания
100/20	Запеканка из творога со сгущ. молоком	Калорийность-302,47, Белки-22,21, Жиры- 10,53, Углеводы-28,79	91-55
	творог, молоко сгущенное, сахар - песок, крупа манная, масл столовое, соль, ванилин	о сливочное, сухари панировочные, сметана 15%, яйцо	
200/10	Каша жидкая молочная манная с маслом	Калорийность-255,97, Белки-6,14, Жиры- 11,06, Углеводы-32,75	39-58
	молоко пастеризованное2,5%, крупа манная, масло сливочно	•	
200/15/ 7	Чай с сахаром и лимоном	Калорийность-61,41, Белки-0,06, Жиры- 0,01, Углеводы-15,18	5-66
20	сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой	Калорийность-78,6, Белки-2,25, Жиры-0,87,	<i>(</i> 20
30	Батон нарезной	Углеволы-15 42.	6-30
	Итого за ЦСО 1 завтран	<b>к</b> Калорийность-698,45, Белки-30,66, Жиры- 22.47. Углеволы-92.14	143-09
	<u>ЦСО 1 обед</u>	22.47. 31ЛСВОЛЫ-92.14	
250/20/	Суп картоф. с		
250/20/ 2	бобовыми(горох) с зеленью с	Калорийность-152,78, Белки-5,92, Жиры- 5,56, Углеводы-19,69	32-12
	<b>МЯСОМ (МПРе)</b> картофель, горох шлиф., куриные грудки филе, лук репчатый (зелень)	й, морковь, масло растительное, соль, петрушка	
35/35	Гуляш из свинины 35/35 свинина б/к (лопатка), лук репчатый, масло растительное, с	Калорийность-238,18, Белки-8,24, Жиры- 21.85. Углеволы-2.09	<i>69-00</i>
100	Макароны отварные макаронные изделия, масло сливочное, соль	Калорийность-144,48, Белки-3,87, Жиры- 3.34. Углеволы-24.7	10-95
200	<b>Компот из вишни</b> вишня морож, сахар - песок, лимон. кислота	Калорийность-116,56, Белки-0,32, Жиры- 0.08. Углеволы-28.19	34-47
36	Хлеб пшеничный	Калорийность-84,6, Белки-2,74, Жиры-0,29, Углеводы-17,71	<i>5-47</i>
35	Хлеб столичный	Калорийность-81,2, Белки-1,96, Жиры-0,39, Углеволы-17 29	4-90
	Итого за ЦСО 1 обед	<b>ц</b> Калорийность-817,8, Белки-23,05, Жиры-	156-91
		31.51. Углеволы-109.67 <b>ИТОГО</b>	300-00
Бухгал	тер . Зав. производством	. Директор школы	
	<b>МЕНЮ НА 5 АПРІ</b>		
	ЦСО2	, , , , , ,	
	Суп картоф. с		
250/20/		Калорийность-152,78, Белки-5,92, Жиры-	32-12
2	бобовыми(горох) с Зеленью с мясом (филе) картофель, горох шлиф., куриные грудки филе, лук репчатый	5,56, Углеводы-19,69 й, морковь, масло растительное, соль, петрушка	02 22
50/50	(зелень) Гуляш из свинины	Калорийность-328,07, Белки-11,32, Жиры-	94-71
	свинина б/к (лопатка), лук репчатый, томатная паста., мас	•	
100	<b>Макароны отварные</b> макаронные изделия, масло сливочное, соль	Калорийность-144,48, Белки-3,87, Жиры- 3.34. Углеволы-24.7	10-95
200	<b>Компот из вишни</b> вишня морож, сахар - песок, лимон. кислота	Калорийность-116,56, Белки-0,32, Жиры- 0.08. Углеволы-28.19	34-47

27	Хлеб пшеничный	Калорийность-63,45, Белки-2,05, Жиры- 0.22. Углеволы-13.28	<i>4-11</i>
<i>26</i>	Хлеб столичный	Калорийность-60,32, Белки-1,46, Жиры- 0.29 Углеволы-12.84	<i>3-64</i>
Бухгал	•	2 Калорийность-865,66, Белки-24,94, Жиры- 39.17. Углеволы-102.44 Директор школы	180-00
	МЕНЮ НА 5 АІ <u>Заєтрак</u>	<i>ТРЕЛЯ ЛИЦЕЙ</i>	
00/20	Запеканка из творога со сгуш. молоком творог, молоко сгущеное, сахар - песок, крупа манная, масл	Калорийность-302,47, Белки-22,21, Жиры- 10,53, Углеводы-28,79	91-55
00/15/ 7	столовое, соль, ванилин Чай с сахаром и лимоном	Калорийность-61,41, Белки-0,06, Жиры- 0,01, Углеводы-15,18	5-66
32	сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой Батон нарезной	Калорийность-83,84, Белки-2,4, Жиры-0,93, Углеволы-16.45	6-79
	Итого за Завтран Завтрак льгот	<b>с</b> Калорийность-447,72, Белки-24,67, Жиры- 11.47. Углеводы-60,42	104-00
00/10	Запеканка из творога со сгущ. молоком творог, молоко сгущенное, сахар - песок, крупа манная, масл	Калорийность-277,26, Белки-20,36, Жиры- 9,65, Углеводы-26,39	83-93
180	столовое, соль, ванилин <b>Чай с сахаром</b> сахар - песок, чай черный крупнолистовой	Калорийность-53,13, Углеводы-13,47	3-44
120	Банан	Калорийность-115,2, Белки-1,8, Жиры-0,6, Углеволы-25.2	30-33
15	Хлеб пшеничный	Калорийность-35,25, Белки-1,14, Жиры-	2-30
		0 12 Углеволы-7 38 Калорийность-480,84, Белки-23,3, Жиры-	120-00
Бухгал	ттер . Зав. производством	10.37. Углеволы-72.44 Директор . школы	
	МЕНЮ НА 5 АІ <u>Обед</u>	<i>ТРЕЛЯ ЛИЦЕЙ</i>	
250/2	Суп картоф. с бобовыми (горох) с зеленью картофель, горох шлиф., лук репчатый, морковь, масло расп	Калорийность-141,55, Белки-5,49, Жиры- 5,14, Углеводы-18,25	14-04
35/35	Гуляш из свинины 35/35 свинина б/к (лопатка), лук репчатый, масло растительное, с	Калорийность-238,18, Белки-8,24, Жиры- 21.85, Углеводы-2.09	69-00
100	<b>Макароны отварные</b> макароные изделия, масло сливочное, соль	Калорийность-144,48, Белки-3,87, Жиры- 3.34. Углеволы-24.7	10-95
10	кукуруза консервированная порц.		7-99
10		Калорийность-61,41, Белки-0,06, Жиры-	- //
	Чай с сахаром и лимоном	0,01, Углеводы-15,18	5-66
200/15/	Чай с сахаром и лимоном сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой Хлеб столичный	•	2-36

## Обед льготный

Over hozomnotu					
250/2	Суп картоф. с	Калорийность-141,55, Белки-5,49, Жиры- 5,14, Углеводы-18,25	14-04		
	бобовыми(горох) с Зеленью картофель, горох шлиф., лук репчатый, морковь, масло растительное, соль, петрушка (зелень)				
35/35	Гуляш из свинины 35/35	Калорийность-238,18, Белки-8,24, Жиры-	<i>69-00</i>		
	свинина б/к (лопатка), лук репчатый, масло растительное, с	•			
150	<b>Макароны отварные 150</b> макароные изделия, масло сливочное, соль	Калорийность-216,72, Белки-5,8, Жиры-5.01. Углеволы-37.05	16-41		
200	Напиток вишневый вишня морож, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая к	Калорийность-107,59, Белки-0,19, Жиры- 0.05. Углеволы-26.44	23-15		
25	Хлеб пшеничный	Калорийность-58,75, Белки-1,9, Жиры-0,2, Углеволы-12.3	<i>3-90</i>		
25	Хлеб столичный	Калорийность-58, Белки-1,4, Жиры-0,27, Углеволы-12 35	<i>3-50</i>		
	Итого за Обед льготный	<b>к</b> Калорийность-820,79, Белки-23,02, Жиры-	130-00		
Бухгал	тер . Зав.	32.52. Углеволы-108.48 Директор			
,	производством	школы			
	<i>МЕНЮ НА 5 АІ</i>	ІРЕЛЯ ЛИЦЕЙ			
	<u>Сотрудники</u>	<u>.</u>			
100	Салат "Онежский"	Калорийность-205,29, Белки-5,21, Жиры-	32-74		
	капуста б/к, горошек зеленый., колбаса, масло растительное зелень (укроп/петрушка)	16.87. Углеводы-8.02 г, лук репчатый, сахар - песок, соль йодированная,			
100	Салат из свеклы с зеленым	Калорийность-77,47, Белки-1,67, Жиры-	23-61		
	<b>20рошком</b> свекла, горошек зеленый., яблоки, лук репчатый, масло расти	4,18, Углеводы-8,2 ительное, соль йодированная	23-01		
100	Салат из кваш. капусты с	Калорийность-88,43, Белки-1,65, Жиры- 5,11, Углеводы-8,37	38-15		
	<b>ЛУКОМ DEN.</b> капуста квашеная, лук репчатый, сахар - песок, масло расти				
250/20/	Суп картоф. с	150 TO TO TO TO TO THE			
250/20/ 2	бобовыми(горох) с зеленью с	Калорийность-152,78, Белки-5,92, Жиры- 5,56, Углеводы-19,69	32-12		
	<b>МЯСОМ (МИПР)</b> картофель, горох шлиф., куриные грудки филе, лук репчатый (зелень)	і, морковь, масло растительное, соль, петрушка			
50/50	Гуляш из свинины	Калорийность-328,07, Белки-11,32, Жиры-	94-71		
	свинина б/к (лопатка), лук репчатый, томатная паста., мас.	29.68. Углеволы-3.74 по растительное, соль, мука пшеничная			
50	Рыба в яйце (треска) 50	Калорийность-107,07, Белки-10,42, Жиры- 5.88, Углеводы-3.19	95-39		
110	треска филе зам., яйцо столовое, мука пшеничная, масло рас Котлета "Пожарская"	Калорийность-347,64, Белки-16,65, Жиры-	77-21		
110	куриные грудки филе, батон нарезной, хлеб пшеничный, яйцо	22.59. Углеводы-19.46 столовое, масло растительное, соль	//-21		
80	Филе куриное "Забава" куриные грудки филе, масло растительное, сыр твердый, яйг	Калорийность-253,91, Белки-13,87, Жиры- 20.53. Углеволы-3.39	69-35		
150	Каша гречневая	Калорийность-225,92, Белки-7,66, Жиры-			
	рассыпчатая 150	6,33, Углеводы-34,64	24-64		
150	крупа гречневая, масло сливочное, соль <b>Макароны отварные 150</b>	Калорийность-216,72, Белки-5,8, Жиры-5.01. Углеволы-37.05	16-41		
150/20/ 5	макаронные изделия, масло сливочное, соль <b>Макароны отварные с сыром</b> 150	Калорийность-328,81, Белки-11,44, Жиры- 14,82, Углеводы-37,09	54-42		

макаронные изделия, сыр твердый, масло сливочное, соль

150	Капуста отварная с маслом 150	Калорийность-83,57, Белки-2,87, Жиры- 4,49, Углеводы-7,48	22-22
200	капуста б/к, масло сливочное, соль <b>Напиток вишневый</b> вишня морож, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая в	Калорийность-107,59, Белки-0,19, Жиры- 0.05. Углеволы-26.44	23-15
200	Чай с сахаром сахар - песок, чай черный крупнолистовой	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	<i>3-83</i>
200/15/ 7	Чай с сахаром и лимоном	Калорийность-61,41, Белки-0,06, Жиры- 0,01, Углеводы-15,18	<i>5-66</i>
7 200 200 100	сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой Лимон порц. Сок фруктовый 0,2 Напиток фруктовый 0.2 Пицца школьная с колбасой тесто дрожжевое для ватрушек, пирогов, кулебяк и др., по	* *	1-83 34-65 30-63 51-12
30 30 30	паста., зелень (укроп/петрушка), мука пшеничная, яйцо стол Хлеб пшеничный Хлеб столичный Батон нарезной	калорийность-70,5, Белки-2,28, Жиры-0,24, Углеводы-14,76 Калорийность-69,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14.82 Калорийность-78,6, Белки-2,25, Жиры-0,87, Углеволы-15.42	4-62 4-20 6-30
Бухгал	тер . Зав. производством	. 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