

**МЕНЮ НА 27 ДЕКАБРЯ ЦСО**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b><u>ЦСО 1 завтрак</u></b>			
10	<b>Масло сливочное</b>	Калорийность-74,8, Белки-0,05, Жиры-8,25, Углеводы-0,08	<b>16-44</b>
100/20	<b>Запеканка из творога со сгущ. молоком</b> <i>творог, молоко сгущенное, сахар - песок, крупа манная, масло сливочное, сухари панировочные, сметана 15%, яйцо столовое, соль, ванилин</i>	Калорийность-302,47, Белки-22,21, Жиры- 10,53, Углеводы-28,79	<b>92-30</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</i>	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	<b>3-94</b>
38	<b>Батон нарезной</b>	Калорийность-99,56, Белки-2,85, Жиры-1,1, Углеводы-19,53	<b>8-06</b>
<b>Итого за ЦСО 1 завтрак</b>		Калорийность-535,86, Белки-25,11, Жиры- 19,88. Углеводы-63,37	<b>120-74</b>
<b><u>ЦСО 1 обед</u></b>			
250/15/ 10/2	<b>Щи из св.капусты с картоф., мясом(филе кур),сметаной,зеленью</b> <i>капуста б/к, картофель, куриные грудки филе, лук репчатый, морковь, сметана 15%, масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка), томатная паста.</i>	Калорийность-87,12, Белки-2,18, Жиры- 4,22, Углеводы-9,83	<b>35-60</b>
38/25 32/25	<b>Колбаски "шо-оомаинему"</b> <i>свинина б/к (лопатка), лук репчатый, мука пшеничная, масло растительное, томатная паста., соль</i>	Калорийность-195,4, Белки-6,46, Жиры- 17,05, Углеводы-3,96	<b>64-28</b>
150	<b>Макароны отварные 150</b> <i>макаронные изделия, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-216,72, Белки-5,8, Жиры- 5,01, Углеводы-37,05	<b>16-42</b>
20	<b>Кукуруза порц.</b>	Калорийность-13,8, Белки-0,5, Жиры-0,24, Углеводы-2,1	<b>15-99</b>
200	<b>Сок фруктовый 0,2</b>	Калорийность-92, Белки-1, Жиры-0,2, Углеводы-20,2	<b>38-15</b>
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-70,5, Белки-2,28, Жиры-0,24, Углеводы-14,76	<b>4-62</b>
30	<b>Хлеб столичный</b>	Калорийность-69,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82	<b>4-20</b>
<b>Итого за ЦСО 1 обед</b>		Калорийность-745,14, Белки-19,9, Жиры- 27,29. Углеводы-102,72	<b>179-26</b>
<b>ИТОГО</b>			<b>300-00</b>

Бухгалтер

Зав.  
производствомДиректор  
школы**МЕНЮ НА 27 ДЕКАБРЯ ЦСО**

<b><u>ЦСО2</u></b>			
250/15/ 10/2	<b>Щи из св.капусты с картоф., мясом(филе кур),сметаной,зеленью</b> <i>капуста б/к, картофель, куриные грудки филе, лук репчатый, морковь, сметана 15%, масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка), томатная паста.</i>	Калорийность-87,12, Белки-2,18, Жиры- 4,22, Углеводы-9,83	<b>35-60</b>
38/25 32/25	<b>Колбаски "шо-оомаинему"</b> <i>свинина б/к (лопатка), лук репчатый, мука пшеничная, масло растительное, томатная паста., соль</i>	Калорийность-195,4, Белки-6,46, Жиры- 17,05, Углеводы-3,96	<b>64-28</b>
150	<b>Макароны отварные 150</b> <i>макаронные изделия, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-216,72, Белки-5,8, Жиры- 5,01, Углеводы-37,05	<b>16-42</b>
20	<b>Кукуруза порц.</b>	Калорийность-13,8, Белки-0,5, Жиры-0,24, Углеводы-2,1	<b>15-99</b>
200	<b>Сок фруктовый 0,2</b>	Калорийность-92, Белки-1, Жиры-0,2, Углеводы-20,2	<b>38-15</b>
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-70,5, Белки-2,28, Жиры-0,24, Углеводы-14,76	<b>4-62</b>

**Итого за ЦСО2**Калорийность-756,74, Белки-20,18, Жиры-  
27,35. Углеводы-105,19**180-00**

Бухгалтер

Зав.  
производствомДиректор  
школы**МЕНЮ НА 27 ДЕКАБРЯ ЛИЦЕЙ****Завтрак льготный**

100/20	<b>Запеканка из творога со сгущ. молоком</b> <i>творог, молоко сгущенное, сахар - песок, крупа манная, масло сливочное, сухари панировочные, сметана 15%, яйцо столовое, соль, ванилин</i>	Калорийность-302,47, Белки-22,21, Жиры- 10,53, Углеводы-28,79	<b>92-30</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</i>	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	<b>3-94</b>
110	<b>Апельсин</b>	Калорийность-47,3, Белки-0,99, Жиры-0,22, Углеводы-8,91	<b>22-58</b>
29	<b>Батон нарезной</b>	Калорийность-75,98, Белки-2,18, Жиры- 0,84, Углеводы-14,91	<b>6-18</b>

**Итого за Завтрак льготный**Калорийность-484,78, Белки-25,38, Жиры-  
11,59. Углеводы-67,58**125-00****Обед льготный**

250/10/ 2	<b>Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной с зеленью</b> <i>капуста б/к, картофель, лук репчатый, морковь, сметана 15%, масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка), томатная паста.</i>	Калорийность-109,6, Белки-2,18, Жиры- 6,72, Углеводы-9,83	<b>16-98</b>
38/25	<b>Колобки "по-оомашнему"</b> <i>свинина б/к (лопатка), лук репчатый, мука пшеничная, масло растительное, томатная паста., соль</i>	Калорийность-195,4, Белки-6,46, Жиры- 17,05, Углеводы-3,96	<b>64-28</b>
150	<b>Макаронны отварные 150</b> <i>макаронные изделия, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-216,72, Белки-5,8, Жиры- 5,01, Углеводы-37,05	<b>16-42</b>
15	<b>Кукуруза порц.</b>	Калорийность-10,35, Белки-0,38, Жиры- 0,18, Углеводы-1,58	<b>11-99</b>
200	<b>Компот из чернослива</b> <i>чернослив, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</i>	Калорийность-123,85, Белки-0,58, Жиры- 0,18, Углеводы-29,35	<b>22-09</b>
23	<b>Хлеб столичный</b>	Калорийность-53,36, Белки-1,29, Жиры- 0,25, Углеводы-11,36	<b>3-24</b>

**Итого за Обед льготный**Калорийность-709,28, Белки-16,69, Жиры-  
29,39. Углеводы-93,13**135-00**

Бухгалтер

Зав.  
производствомДиректор  
школы**МЕНЮ НА 27 ДЕКАБРЯ ЛИЦЕЙ****Сотрудники**

100/2	<b>Салат из пекин.капусты со св.помидором</b> <i>капуста пекинская, помидоры свежие, масло растительное, лимон. кислота, сахар - песок, зелень (укроп/петрушка), соль йодированная</i>	Калорийность-74,95, Белки-1,22, Жиры- 5,21, Углеводы-5,38	<b>41-93</b>
100/20	<b>Салат из свеклы отварной с яйцом</b> <i>свекла, яйцо столовое, масло растительное, соль йодированная</i>	Калорийность-125,24, Белки-3,97, Жиры- 8,39, Углеводы-8,5	<b>19-73</b>
250/15/ 10/2	<b>Щи из св.капусты с картоф., мясом(филе кур),сметаной,зеленью</b>	Калорийность-87,12, Белки-2,18, Жиры- 4,22, Углеводы-9,83	<b>35-60</b>

капуста б/к, картофель, куриные грудки филе, лук репчатый, морковь, сметана 15%, масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка), томатная паста.

38/25	<b>Колобки "По-облашнему"</b> 38/25	Калорийность-195,4, Белки-6,46, Жиры-17,05, Углеводы-3,96	<b>64-28</b>
75	<b>Котлета "По-Киевски"</b>	Калорийность-374,89, Белки-11,05, Жиры-33,08, Углеводы-8,25	<b>100-48</b>
50/15	<b>Поджарка из свинины 50/15</b>	Калорийность-325,11, Белки-10,48, Жиры-30,34, Углеводы-2,4	<b>111-11</b>
50	<b>Рыба в яйце (треска) 50</b>	Калорийность-107,07, Белки-10,42, Жиры-5,88, Углеводы-3,19	<b>95-59</b>
150	<b>Рис отварной 150</b>	Калорийность-230,31, Белки-3,81, Жиры-6,11, Углеводы-40,01	<b>25-46</b>
150	<b>Макаронные изделия 150</b>	Калорийность-216,72, Белки-5,8, Жиры-5,01, Углеводы-37,05	<b>16-42</b>
150/20/5	<b>Макаронные изделия с сыром 150</b>	Калорийность-328,81, Белки-11,44, Жиры-14,82, Углеводы-37,09	<b>54-84</b>
200	<b>Компот из чернослива</b>	Калорийность-123,85, Белки-0,58, Жиры-0,18, Углеводы-29,35	<b>22-09</b>
200	<b>Чай с сахаром</b>	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	<b>3-94</b>
200/15/7	<b>Чай с сахаром и лимоном</b>	Калорийность-61,41, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-15,18	<b>5-78</b>
7	<b>Лимон порц.</b>	Калорийность-2,38, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-0,21	<b>1-83</b>
200	<b>Сок фруктовый 0,2</b>	Калорийность-92, Белки-1, Жиры-0,2, Углеводы-20,2	<b>38-15</b>
52/50	<b>Сосиска в тесте запеченная</b>	Калорийность-303,32, Белки-10,65, Жиры-15,85, Углеводы-29,53	<b>37-97</b>
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-70,5, Белки-2,28, Жиры-0,24, Углеводы-14,76	<b>4-62</b>
30	<b>Хлеб столичный</b>	Калорийность-69,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82	<b>4-20</b>
30	<b>Батон нарезной</b>	Калорийность-78,6, Белки-2,25, Жиры-0,87, Углеводы-15,42	<b>6-30</b>

Бухгалтер

Зав.  
производством

Директор  
школы

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022067

Владелец Осипенко Ирина Валентиновна

Действителен с 13.04.2023 по 12.04.2024