

**МЕНЮ НА 11 ФЕВРАЛЯ ЛИЦЕЙ ЦСО**

| Выход (г)                              | Наименование блюда  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания |
|--|---|---|-------------------|
| <b>ЦСО завтрак (3-11 лет)</b>          |   |   |                   |
| 10                                     | <b>Масло сливочное</b>  | Калорийность-74,8, Белки-0,05, Жиры-8,25, Углеводы-0,08                     | 22-13             |
| 20                                     | <b>Сыр порц.</b>  | Калорийность-70, Белки-5,26, Жиры-5,32                                      | 31-94             |
| 40                                     | <b>Яйцо вареное 40</b>  | Калорийность-62,8, Белки-5,08, Жиры-4,6, Углеводы-0,28                      | 24-57             |
| 200/10                                 | <b>Каша вязкая молочная ячневая с маслом</b>  | Калорийность-289,6, Белки-7,3, Жиры-11,28, Углеводы-39,57                   | 46-58             |
|  | <small>молоко пастеризованное 2,5%, крупа ячневая, масло сливочное, сахар - песок, соль</small>   |   |                   |
| 200                                    | <b>Чай с сахаром</b>  | Калорийность-59,03, Углеводы-14,97  | 3-66              |
|  | <small>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</small>   |   |                   |
| 22                                     | <b>Батон нарезной</b>   | Калорийность-57,64, Белки-1,65, Жиры-0,64, Углеводы-11,31                   | 6-56              |
| <b>Итого за ЦСО завтрак (3-11 лет)</b> |   |   |                   |
|  |   | Калорийность-613,87, Белки-19,34, Жиры-30,09, Углеводы-66,21                | 135-44            |
| <b>ЦСО обед (3-11 лет)</b>             |   |   |                   |
|  | <b>Борщ со св.капустой, картоф., мясом (филе кур), сметаной, зеленью</b>  | Калорийность-135,41, Белки-4,86, Жиры-6,95, Углеводы-13,19                  | 41-55             |
| 250/15/10/2                            | <b>250/15/10/2</b>  |   |                   |
|  | <small>свиная б/к (лопатка), лук репчатый, морковь, сметана 15%, томатная паста, масло растительное, сахар - песок, соль, зелень (укроп/петрушка), лимон, кислота</small> | Калорийность-195,4, Белки-6,46, Жиры-17,05, Углеводы-3,96                   | 70-69             |
| 38/25                                  | <b>Колбаски "По-домашнему"</b>  | Калорийность-230,31, Белки-3,81, Жиры-6,11, Углеводы-40,01                  | 31-74             |
| 150                                    | <b>Рис отварной 150</b>   | Калорийность-106,76, Белки-0,25, Жиры-0,1, Углеводы-25,78                   | 15-42             |
| 200                                    | <b>Напиток смородиновый</b>   | Калорийность-42,3, Белки-0,03, Жиры-0,36, Углеводы-8,82                     | 22-81             |
|  | <small>смородина замороженная, сахар - песок, лимон, кислота</small>  |   |                   |
| 90                                     | <b>Яблоко св.</b>   | Калорийность-47, Белки-1,52, Жиры-0,16, Углеводы-9,84                       | 4-37              |
| 20                                     | <b>Хлеб пшеничный</b>   | Калорийность-55,07, Белки-1,12, Жиры-0,22, Углеводы-9,88                    | 3-98              |
| 20                                     | <b>Хлеб столичный</b>   | Калорийность-81,25, Белки-18,05, Жиры-30,95, Углеводы-111,48                | 190-56            |
| <b>Итого за ЦСО обед (3-11 лет)</b>    |   |   |                   |
|  |   | Калорийность-111,48   | 326-00            |
| <b>ИТОГО:</b>                          |   |   |                   |
| Бухгалтер                              | Зав. производством  | Директор школы  |                   |

**МЕНЮ НА 11 ФЕВРАЛЯ ЛИЦЕЙ ЦСО**

| Выход (г)                               | Наименование блюда  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания |
|---|---|---|-------------------|
| <b>ЦСО завтрак (12-17 лет)</b>          |   |   |                   |
| 10                                      | <b>Масло сливочное порц.</b>  | Калорийность-74,8, Белки-0,05, Жиры-8,25, Углеводы-0,08                     | 22-13             |
| 30                                      | <b>Сыр порц.</b>  | Калорийность-105, Белки-7,89, Жиры-7,98                                     | 47-92             |
| 40                                      | <b>Яйцо вареное 40</b>  | Калорийность-62,8, Белки-5,08, Жиры-4,6, Углеводы-0,28                      | 24-57             |
| 200/10                                  | <b>Каша вязкая молочная ячневая с маслом</b>  | Калорийность-289,6, Белки-7,3, Жиры-11,28, Углеводы-39,57                   | 46-58             |
|   | <small>молоко пастеризованное 2,5%, крупа ячневая, масло сливочное, сахар - песок, соль</small>   |   |                   |
| 200                                     | <b>Чай с сахаром</b>  | Калорийность-59,03, Углеводы-14,97  | 3-66              |
|   | <small>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</small>   |   |                   |
| 34                                      | <b>Батон нарезной</b>   | Калорийность-89,08, Белки-2,55, Жиры-0,99, Углеводы-17,48                   | 10-35             |
| <b>Итого за ЦСО завтрак (12-17 лет)</b> |   |   |                   |
|   |   | Калорийность-680,31, Белки-22,87, Жиры-33,1, Углеводы-72,38                 | 155-21            |
| <b>ЦСО обед (12-17 лет)</b>             |   |   |                   |
| 90                                      | <b>Салат из пекин.капусты с кукурузой</b>   | Калорийность-72,73, Белки-0,96, Жиры-4,64, Углеводы-6,52                    | 40-81             |
|   | <small>капуста пекинская, кукуруза консервированная, морковь, сахар - песок, масло растительное, соль дозированных, петрушка (зелень), лимон, кислота</small>             |   |                   |
| 250/15/10/2                             | <b>Борщ со св.капустой, картоф., мясом (филе кур), сметаной, зеленью</b>  | Калорийность-135,41, Белки-4,86, Жиры-6,95, Углеводы-13,19                  | 41-55             |
| 250/15/10/2                             | <b>250/15/10/2</b>  |   |                   |
|   | <small>свиная б/к (лопатка), лук репчатый, морковь, сметана 15%, томатная паста, масло растительное, сахар - песок, соль, зелень (укроп/петрушка), лимон, кислота</small> | Калорийность-195,4, Белки-6,46, Жиры-17,05, Углеводы-3,96                   | 70-69             |
| 38/25                                   | <b>Колбаски "По-домашнему"</b>  | Калорийность-230,31, Белки-3,81, Жиры-6,11, Углеводы-40,01                  | 31-74             |
| 180                                     | <b>Рис отварной 180</b>   | Калорийность-106,76, Белки-0,25, Жиры-0,1, Углеводы-25,78                   | 15-42             |
| 200                                     | <b>Напиток смородиновый</b>   | Калорийность-47, Белки-0,03, Жиры-0,4, Углеводы-9,8                         | 25-35             |
|   | <small>смородина замороженная, сахар - песок, лимон, кислота</small>  |   |                   |
| 100                                     | <b>Яблоко св.</b>   | Калорийность-58,75, Белки-1,9, Жиры-0,2, Углеводы-12,3                      | 5-46              |
| 25                                      | <b>Хлеб пшеничный</b>   | Калорийность-68,83, Белки-1,4, Жиры-0,27, Углеводы-12,35                    | 4-97              |
| 25                                      | <b>Хлеб столичный</b>   | Калорийность-942,55, Белки-20,42, Жиры-34,88, Углеводы-131,9                | 236-79            |
| <b>Итого за ЦСО обед (12-17 лет)</b>    |   |   |                   |
|   |   | Калорийность-131,9  | 392-00            |
| <b>ИТОГО:</b>                           |   |   |                   |
| Бухгалтер                               | Зав. производством  | Директор школы  |                   |

**МЕНЮ НА 11 ФЕВРАЛЯ ЛИЦЕЙ ЦСО**

| Выход (г)                                   | Наименование блюда  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания |
|---|---|---|-------------------|
| <b>ЦСО обед (совершеннолетние)</b>          |   |   |                   |
| 100   | <b>Салат из пекин.капусты с кукурузой</b>   | Калорийность-80,81, Белки-1,07, Жиры-5,16, Углеводы-7,24                    | 45-34             |
|   | <small>капуста пекинская, кукуруза консервированная, морковь, сахар - песок, масло растительное, соль дозированных, петрушка (зелень), лимон, кислота</small>             |   |                   |
| 250/15/10/2                                 | <b>Борщ со св.капустой, картоф., мясом (филе кур), сметаной, зеленью</b>  | Калорийность-135,41, Белки-4,86, Жиры-6,95, Углеводы-13,19                  | 41-55             |
| 250/15/10/2                                 | <b>250/15/10/2</b>  |   |                   |
|   | <small>свиная б/к (лопатка), лук репчатый, морковь, сметана 15%, томатная паста, масло растительное, сахар - песок, соль, зелень (укроп/петрушка), лимон, кислота</small> | Калорийность-195,4, Белки-6,46, Жиры-17,05, Углеводы-3,96                   | 70-69             |
| 38/25                                       | <b>Колбаски "По-домашнему"</b>  | Калорийность-257,67, Белки-4,56, Жиры-5,27, Углеводы-48                     | 32-54             |
| 180   | <b>Рис отварной 180</b>   | Калорийность-106,76, Белки-0,25, Жиры-0,1, Углеводы-25,78                   | 15-42             |
| 200   | <b>Напиток смородиновый</b>   | Калорийность-47, Белки-0,03, Жиры-0,4, Углеводы-9,8                         | 25-35             |
|   | <small>смородина замороженная, сахар - песок, лимон, кислота</small>  |   |                   |
| 100   | <b>Яблоко св.</b>   | Калорийность-70,5, Белки-2,28, Жиры-0,24, Углеводы-14,76                    | 6-39              |
| 30  | <b>Хлеб пшеничный</b>   | Калорийность-79,85, Белки-1,62, Жиры-0,32, Углеводы-14,33                   | 5-72              |
| 29  | <b>Хлеб столичный</b>   | Калорийность-973,4, Белки-21,13, Жиры-35,49, Углеводы-137,06                | 243-00            |
| <b>Итого за ЦСО обед (совершеннолетние)</b> |   |   |                   |
|   |   | Калорийность-137,06   |                   |
| Бухгалтер                                   | Зав. производством  | Директор школы  |                   |

**МЕНЮ НА 11 ФЕВРАЛЯ ЛИЦЕЙ**

| Выход (г)                        | Наименование блюда  | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания |
|----------------------------------|---|---|-------------------|
| <b>Завтрак льготный</b>          |   |   |                   |
| 25                               | <b>Ветчина порц</b>   | Калорийность-93,25, Белки-4,28, Жиры-8,45, Углеводы-0,05                    | 17-90             |
| 200/10                           | <b>Каша вязкая молочная ячневая с маслом</b>  | Калорийность-289,6, Белки-7,3, Жиры-11,28, Углеводы-39,57                   | 46-58             |
|                                  | <small>молоко пастеризованное 2,5%, крупа ячневая, масло сливочное, сахар - песок, соль</small>   |   |                   |
| 200                              | <b>Кофейный напиток с молоком</b>   | Калорийность-151,6, Белки-3,35, Жиры-2,5, Углеводы-26,76                    | 26-51             |
|                                  | <small>молоко пастеризованное 2,5%, сахар - песок, кофейный напиток растворимый</small>   |   |                   |
| 100                              | <b>Яблоко св.</b>   | Калорийность-47, Белки-0,03, Жиры-0,4, Углеводы-9,8                         | 25-35             |
| 29                               | <b>Батон нарезной</b>   | Калорийность-75,98, Белки-2,18, Жиры-0,84, Углеводы-14,91                   | 8-66              |
| <b>Итого за Завтрак льготный</b> |   |   |                   |
|                                  |   | Калорийность-657,43, Белки-17,14, Жиры-23,47, Углеводы-91,09                | 125-00            |
| <b>Обед льготный</b>             |   |   |                   |
| 250/10/2                         | <b>Борщ со св.капустой и картоф., сметаной, зеленью</b>   | Калорийность-103,39, Белки-1,77, Жиры-5,17, Углеводы-12,3                   | 24-68             |
|                                  | <small>свиная б/к (лопатка), лук репчатый, морковь, сметана 15%, масло растительное, томатная паста, сахар - песок, соль, зелень (укроп/петрушка)</small> |   |                   |
| 50                               | <b>Котлеты "Особые" Эш (свины)</b>  | Калорийность-162,21, Белки-8,42, Жиры-10,89, Углеводы-7,57                  | 72-07             |

|                               |  |   |               |
|-------------------------------|--|---|---------------|
|                               | свинина 6% (полутек), молоко пастеризованное 2,5%, хлеб пшеничный, сушки пшеничные, масло растительное, соль |   |               |
| 150                           | <b>Каши перловая рассып.150</b><br>крупа перловая, масло сливочное, соль                                     | Калорийность-196,77, Белки-4,68, Жиры-4,88, Углеводы-33,49  | <b>18-52</b>  |
| 200                           | <b>Напиток смородиновый</b><br>смородина замороженная, сахар - песок, лимон. кислота                         | Калорийность-106,76, Белки-0,25, Жиры-0,1, Углеводы-25,78   | <b>15-42</b>  |
| 22                            | <b>Хлеб столичный</b>  | Калорийность-60,57, Белки-1,23, Жиры-0,24, Углеводы-10,87   | <b>4-31</b>   |
| <b>Итого за Обед льготный</b> |  | Калорийность-629,7, Белки-16,35, Жиры-21,28, Углеводы-90,01 | <b>135-00</b> |
| Бухгалтер                     | Зав. производством   | Директор школы  |               |

## МЕНЮ НА 11 ФЕВРАЛЯ ЛИЦЕЙ

|             |   |  |               |
|-------------|---|--|---------------|
|             | <b>Сотрудники</b>   |  |               |
| 100         | <b>Салат "Морковь острая"</b><br>морковь, масло растительное, чеснок, сахар - песок, соль, заправка (укроп/петрушка), лимон. кислота  | Калорийность-139,24, Белки-1,42, Жиры-10,1, Углеводы-10,38   | <b>20-17</b>  |
| 100         | <b>Салат из сырых овощей с пекинг.капустой</b><br>капуста пекинская, морковь, масло растительное, соль, заправка (укроп/петрушка)   | Калорийность-73,23, Белки-1,01, Жиры-6,14, Углеводы-2,57     | <b>41-58</b>  |
| 250/15/10/2 | <b>Борщ со св.капустой, картофель, мясом (филе кур), сметаной, зеленью</b><br>свекла, морковь, капуста 6%, куриное филе, лук репчатый, морковь, сметана 15%, томатная паста, масло растительное, сахар - песок, соль, зелень (укроп/петрушка) | Калорийность-135,41, Белки-4,86, Жиры-6,95, Углеводы-13,19   | <b>41-55</b>  |
| 50/15       | <b>Поджарка из свинины 50/15</b><br>свинина 6% (полутек), лук репчатый, масло растительное, помидорная паста, соль  | Калорийность-325,11, Белки-10,48, Жиры-30,34, Углеводы-2,4   | <b>122-25</b> |
| 38/25       | <b>Колбаски "По-домашнему"</b><br>свинина 6% (полутек), лук репчатый, мука пшеничная, масло растительное, томатная паста, соль  | Калорийность-195,4, белки-0,46, жиры-17,05, Углеводы-3,96    | <b>70-69</b>  |
| 50          | <b>Котлеты "Особые" ЭУ</b><br>свинина 6% (полутек), молоко пастеризованное 2,5%, хлеб пшеничный, сушки пшеничные, масло растительное, соль  | Калорийность-162,21, Белки-8,42, Жиры-10,89, Углеводы-7,57   | <b>72-07</b>  |
| 70          | <b>Котлета "Адлер"</b><br>куриное филе, яйцо столовое, сыр твердый, масло растительное, чеснок, сушки пшеничные, соль   | Калорийность-308, Белки-17,08, Жиры-24,07, Углеводы-5,59     | <b>108-14</b> |
| 75          | <b>Мясо "По-французки" (свинина)</b><br>свинина 6% (полутек), сметана 15%, лук репчатый, сыр полумягкий 45%, масло растительное, соль   | Калорийность-293,46, Белки-9,8, Жиры-27,03, Углеводы-2,49    | <b>113-70</b> |
| 150         | <b>Каши перловая рассып.150</b><br>крупа перловая, масло сливочное, соль  | Калорийность-196,77, Белки-4,68, Жиры-4,88, Углеводы-33,49   | <b>18-52</b>  |
| 150         | <b>Макароны отварные 150</b><br>макаронные изделия, масло сливочное, соль   | Калорийность-216,72, Белки-5,8, Жиры-5,01, Углеводы-37,05    | <b>19-43</b>  |
| 150/20/5    | <b>Макароны отварные с сыром 150</b><br>макаронные изделия, сыр твердый, масло сливочное, соль  | Калорийность-328,81, Белки-11,44, Жиры-14,82, Углеводы-37,09 | <b>64-58</b>  |
| 150         | <b>Рис отварной 150</b><br>крупа рисовая, масло сливочное, соль   | Калорийность-230,31, Белки-3,81, Жиры-6,11, Углеводы-40,01   | <b>31-74</b>  |
| 200         | <b>Напиток смородиновый</b><br>смородина замороженная, сахар - песок, лимон. кислота  | Калорийность-106,76, Белки-0,25, Жиры-0,1, Углеводы-25,78    | <b>15-42</b>  |
| 200         | <b>Чай с сахаром</b><br>сахар - песок, чай черный крупнолистовой  | Калорийность-59,03, Углеводы-14,97                           | <b>3-66</b>   |
| 200/15/7    | <b>Чай с сахаром и лимоном</b><br>сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой   | Калорийность-61,41, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-15,18    | <b>6-70</b>   |
| 7           | <b>Лимон порц.</b>  | Калорийность-2,38, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-0,21      | <b>3-03</b>   |
| 200         | <b>Напиток 0,2 с/с в ассортименте</b>   | Калорийность-92, Белки-1, Жиры-0,2, Углеводы-20,2            | <b>38-42</b>  |
| 100         | <b>Пицца школьная с колбасой</b><br>тесто фторожное для ватрушек, пармезан, кукуруза и др., помидоры свежие, колбаса, сыр твердый, томатная паста, зелень (укроп/петрушка), мука пшеничная, яйцо столовое, масло растительное                 | Калорийность-282,21, Белки-11,82, Жиры-11,68, Углеводы-32,13 | <b>63-70</b>  |
| 50/50       | <b>Сосиска в тесте запеченная 50/50</b><br>тесто фторожное для ватрушек, пармезан, кукуруза и др., сосиски, яйцо столовое, мука пшеничная, масло растительное   | Калорийность-296,98, Белки-10,3, Жиры-15,35, Углеводы-29,44  | <b>42-07</b>  |
| 102         | <b>Булочка с джемом обсыпанная</b><br>мука пшеничная, масло сливочное, сахар - песок, джем, соль, фторожное тесто, масло растительное   | Калорийность-415,66, Белки-7,17, Жиры-15,14, Углеводы-63,16  | <b>52-11</b>  |
| 30          | <b>Хлеб пшеничный</b>   | Калорийность-70,5, Белки-2,28, Жиры-0,24, Углеводы-14,76     | <b>6-55</b>   |
| 30          | <b>Хлеб столичный</b>   | Калорийность-82,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82     | <b>5-97</b>   |
| 30          | <b>Батон нарезной</b>   | Калорийность-78,6, Белки-2,25, Жиры-0,87, Углеводы-15,42     | <b>9-24</b>   |
| Бухгалтер   | Зав. производством  | Директор школы   |               |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 447200959609934981311677372486379060188671997408

Владелец Осипенко Ирина Валентиновна

Действителен с 07.09.2024 по 07.09.2025