Объединение школьных столовых 14.11.2025

МЕНЮ НА 14 НОЯБРЯ ЛИЦЕЙ ЦСО

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),	Стоимость
		витамины (мг), микроэлементы (мг)	питания
106	<u>ЦСО завтрак (3-11)</u> Омлет натуральный 106 яйцо столовое, молоко пастеризованное2,5%, масло растит.	Калорийность-143,6, Белки-11,03, Жиры- 10,15, Углеводы-2	55-46
60	Биточек рубленный из птицы (паровой) 60 филе куриное, молоко пастеризованное 2,5%, хлеб пшеничный	Калорийность-154,38, Белки-9,81, Жиры- 10,09, Углеводы-6,09	69-98
200	Чай с сахаром сахар - песок, чай черный крупнолистовой	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	3-99
80	Яблоко св.	Калорийность-37,6, Белки-0,02, Жиры-0,32, Углеводы-7,84	28-08
<i>24</i>	Хлеб пшеничный	Калорийность-56,4, Белки-1,82, Жиры-0,19, Углеводы-11,81	<i>5-32</i>
	Итого за ЦСО завтрак (3-11 лет) <i>ЦСО обед (3-11 л</i>	Калорийность-451,01, Белки-22,68, Жиры- 20,75, Углеводы-42,71	162-83
60	Салат "По-болгарски" с Зеленью перец сладкий, помидоры свежие, масло растительное, лук р	Калорийность-99,74, Белки-0,62, Жиры- 9,07, Углеводы-3,74	35-84
200	зелень (укроп/петрушка), лимон. кислота Рассольник ленинградский с мясом (филе кур), сметаной, зеленью 200 картофель, огурцы соленые, куриные грудки филе, сметана 1	Калорийность-128,82, Белки-3,72, Жиры-6,93, Углеводы-12,6 5%, морковь, крупа перловая, лук репчатый, масло	40-83
200	растительное, зелень (укроп/петрушка), соль Рагу из птицы (филе кур.)	Калорийность-352,63, Белки-17,19, Жиры- 23.57. Углеволы-17.62	136-00
200	картофель, филе куриное, морковь, лук репчатый, масло раск Напиток апельсиновый	Калорийность-102,1, Белки-0,13, Жиры- 0,03, Углеводы-25,15	14-15
20	сахар - песок, апельсин, лимон. кислота, аскорбиновая кислот X леб пшеничный	Калорийность-47, Белки-1,52, Жиры-0,16, Углеводы-9,84	<i>4-37</i>
<i>20</i>	Хлеб столичный	Калорийность-55,07, Белки-1,12, Жиры- 0,22, Углеводы-9,88	<i>3-98</i>
	Итого за ЦСО обед (3-11 лет)	Калорийность-785,36, Белки-24,3, Жиры- 39.98. Углеволы-78.83 ИТОГО:	235-17 398-00
Бухгал	тер . Зав. производством	. Директор школы	

МЕНЮ НА 14 НОЯБРЯ ЛИЦЕИ ЦСО

<u>ЦСО завтрак (12-17 лет)</u> Калорийность-143,6, Белки-11,03, Жиры-Омлет натуральный 106 55-46 106 10,15, Углеводы-2 яйцо столовое, молоко пастеризованное2,5%, масло растительное, соль Биточек рубленный из Калорийность-154,38, Белки-9,81, Жиры-*69-98 60* 10,09, Углеводы-6,09 птицы (паровой) 60 филе куриное, молоко пастеризованное 2,5%, хлеб пшеничный, соль, масло сливочное 3-99 *200* Чай с сахаром Калорийность-59,03, Углеводы-14,97 сахар - песок, чай черный крупнолистовой Калорийность-47, Белки-0,03, Жиры-0,4, 100 35-10 Яблоко св. Углеводы-9,8

21	Хлеб пшеничный	Калорийность-49,35, Белки-1,6, Жиры-0,17, Углеводы-10,33	4-49
) Калорийность-453,36, Белки-22,47, Жиры- 20.81. Углеволы-43.19	169-02
80	<u>ЦСО обед (12-17</u> Салат "По-болгарски" с зеленью	<u>лет)</u> Калорийность-132,98, Белки-0,83, Жиры-12,1, Углеводы-4,99	47-79
250	перец сладкий, помидоры свежие, масло растительное, лук р зелень (укроп/петрушка), лимон. кислота Рассольник ленинградский с мясом (филе кур), сметаной,	Калорийность-154,17, Белки-4,18, Жиры-8,	46-67
	зеленью 250 картофель, огурцы соленые, куриные грудки филе, морковь, о растительное, соль, зелень (укроп/петрушка)	Углеводы-15,99 сметана 15%, крупа перловая, лук репчатый, масло	70 07
250	Рагу из птицы (филе кур.)	Калорийность-455,6, Белки-22,63, Жиры- 30.89. Углеволы-21.39	178-02
200	филе куриное, картофель, морковь, лук репчатый, масло рас Напиток апельсиновый сахар - песок, апельсин, лимон. кислота, аскорбиновая кислог	Калорийность-102,1, Белки-0,13, Жиры- 0,03, Углеводы-25,15 та	14-15
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-1,52, Жиры-0,16, Углеводы-9,84 Калорийность-55,07, Белки-1,12, Жиры-	4-37
20	Хлеб столичный	0,22, Углеводы-9,88	3-98
	Итого за ЦСО обед (12-17 лет) Калорийность-946,92, Белки-30,41, Жиры- 51.4. Углеволы-87.24 ИТОГО:	294-98 464-00
Бухга	алтер . Зав. производством	. Директор школы	
80	МЕНЮ НА 14 НОЯ <u>ЦСО обед (совершення</u> Салат "По-болгарски" с		47-79
	Зеленью перец сладкий, помидоры свежие, масло растительное, лук р зелень (укроп/петрушка), лимон. кислота Рассольник ленинградский с		
250		Калорийность 154 17 Белуи 4 18 Жиры 8	
50	мясом (филе кур), сметаной, зеленью 250 картофель, огурцы соленые, куриные грудки филе, морковь, с растительное, соль, зелень (укроп/петрушка)	Калорийность-154,17, Белки-4,18, Жиры-8, Углеводы-15,99 сметана 15%, крупа перловая, лук репчатый, масло	46-67
00	зеленью 250	Углеводы-15,99	
70	зеленью 250 картофель, огурцы соленые, куриные грудки филе, морковь, с растительное, соль, зелень (укроп/петрушка) Рагу из птицы (филе кур.) филе куриное, картофель, морковь, лук репчатый, масло рас Напиток апельсиновый	Углеводы-15,99 сметана 15%, крупа перловая, лук репчатый, масло Калорийность-455,6, Белки-22,63, Жиры- 30.89. Углеводы-21.39 стительное, томатная паста., соль, мука пшеничная Калорийность-102,1, Белки-0,13, Жиры- 0,03, Углеводы-25,15	
0	зеленью 250 картофель, огурцы соленые, куриные грудки филе, морковь, с растительное, соль, зелень (укроп/петрушка) Рагу из птицы (филе кур.) филе куриное, картофель, морковь, лук репчатый, масло рас	Углеводы-15,99 сметана 15%, крупа перловая, лук репчатый, масло Калорийность-455,6, Белки-22,63, Жиры- 30.89. Углеводы-21.39 стительное, томатная паста., соль, мука пшеничная Калорийность-102,1, Белки-0,13, Жиры- 0,03, Углеводы-25,15 та Калорийность-32,9, Белки-0,02, Жиры-0,28,	178-02
	зеленью 250 картофель, огурцы соленые, куриные грудки филе, морковь, ограстительное, соль, зелень (укроп/петрушка) Рагу из птицы (филе кур.) филе куриное, картофель, морковь, лук репчатый, масло рас Напиток апельсиновый сахар - песок, апельсин, лимон. кислота, аскорбиновая кислопа.	Углеводы-15,99 сметана 15%, крупа перловая, лук репчатый, масло Калорийность-455,6, Белки-22,63, Жиры- 30.89. Углеволы-21.39 стительное, томатная паста., соль, мука пшеничная Калорийность-102,1, Белки-0,13, Жиры- 0,03, Углеводы-25,15 та Калорийность-32,9, Белки-0,02, Жиры-0,28, Углеводы-6,86 Калорийность-54,05, Белки-1,75, Жиры-	178-02 14-15
23 24	зеленью 250 картофель, огурцы соленые, куриные грудки филе, морковь, с растительное, соль, зелень (укроп/петрушка) Рагу из птицы (филе кур.) филе куриное, картофель, морковь, лук репчатый, масло рас Напиток апельсиновый сахар - песок, апельсин, лимон. кислота, аскорбиновая кислом Яблоко св.	Углеводы-15,99 сметана 15%, крупа перловая, лук репчатый, масло Калорийность-455,6, Белки-22,63, Жиры- 30.89. Углеволы-21.39 стительное, томатная паста., соль, мука пшеничная Калорийность-102,1, Белки-0,13, Жиры- 0,03, Углеводы-25,15 та Калорийность-32,9, Белки-0,02, Жиры-0,28, Углеводы-6,86	178-02 14-15 24-57

Завтрак льготный

	<u>Завтрак льготн</u>	<u>ый</u>					
	Птица, тушенная в соусе	74 V 005 0 F 10 14 74					
35/35	сметан.с том.(филе кур.)	Калорийность-205,8, Белки-12,44, Жиры- 15,51, Углеводы-4,02	<i>65-30</i>				
	35/35	13,51, 51 певоды 4,02					
	филе куриное, сметана 15%, томатная паста., мука пшеничная, соль, масло растительное						
<i>120</i>	Рис отварной 120	Калорийность-184,25, Белки-3,05, Жиры-4,89, Углеводы-32,01	<i>25-42</i>				
	крупа рисовая, масло сливочное, соль						
200	Чай с сахаром	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	<i>3-99</i>				
100	сахар - песок, чай черный крупнолистовой	Калорийность-47, Белки-0,4, Жиры-0,3,	47 75				
100	Груша	Углеводы-10,3	47-75				
25	Хлеб пшеничный	Калорийность-58,75, Белки-1,9, Жиры-0,2, Углеводы-12,3	<i>5-54</i>				
	Итого за Завтрак льготный	Калорийность-554,83, Белки-17,79, Жиры-	148-00				
	Обед льготны	20.9. Углеволы-73.6 й					
	Щи из свежей капусты с	···					
250	картофелем, сметаной,	Калорийность-81,45, Белки-2,05, Жиры-	27-76				
230		3,81, Углеводы-9,4	2/-/0				
	Зеленью 250 капуста б/к, картофель, лук репчатый, морковь, сметана 15%	%, масло растительное, соль, зелень					
	(укроп/петрушка), томатная паста.						
90	Биточек из свинины 90	Калорийность-366,72, Белки-12,02, Жиры- 28,93, Углеводы-14,38	<i>124-03</i>				
	свинина б/к, хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировоч						
<i>150</i>	Макароны отварные 150	5,01, Углеводы-37,05	19-47				
	макаронные изделия, масло сливочное, соль	Калорийность-8,4, Белки-0,39, Жиры-0,07,					
35	Помидор свежий	Углеводы-1,33	<i>21-68</i>				
200	Напиток апельсиновый	Калорийность-102,1, Белки-0,13, Жиры-	14-15				
-00	Hunamor anenocanobaa	0.02 Varanager 25.15	14-13				
200	сахар - песок, апельсин, лимон. кислота, аскорбиновая кислот		14-13				
30		ма Калорийность-82,6, Белки-1,68, Жиры-0,33,	5-91				
	сахар - песок, апельсин, лимон. кислота, аскорбиновая кислот $oldsymbol{X}$ ле $oldsymbol{c}$ столичны $oldsymbol{u}$	калорийность-82,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82 Калорийность-857,99, Белки-22,07, Жиры-					
	сахар - песок, апельсин, лимон. кислота, аскорбиновая кислота Хлеб столичный Итого за Обед льготный	Калорийность-82,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82 Калорийность-857,99, Белки-22,07, Жиры-38.18. Углеволы-102.13	5-91				
30	сахар - песок, апельсин, лимон. кислота, аскорбиновая кислота Хлеб столичный Итого за Обед льготный	калорийность-82,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82 Калорийность-857,99, Белки-22,07, Жиры-	5-91				
30	сахар - песок, апельсин, лимон. кислота, аскорбиновая кислота Хлеб столичный Итого за Обед льготный птер . Зав.	Калорийность-82,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82 Калорийность-857,99, Белки-22,07, Жиры- 38.18. Углеволы-102.13 Директор	5-91				
30	сахар - песок, апельсин, лимон. кислота, аскорбиновая кислота Хлеб столичный Итого за Обед льготный птер . Зав. производством	Калорийность-82,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82 Калорийность-857,99, Белки-22,07, Жиры- 38.18. Углеволы-102.13 Директор школы	5-91				
30	сахар - песок, апельсин, лимон. кислота, аскорбиновая кислота Хлеб столичный Итого за Обед льготный пер зав. производством МЕНКО НА 14 НО	Калорийность-82,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82 Калорийность-857,99, Белки-22,07, Жиры- 38.18. Углеволы-102.13 Директор школы	5-91				
30	сахар - песок, апельсин, лимон. кислота, аскорбиновая кислота Хлеб столичный Итого за Обед льготный пер . Зав. производством МЕННО НА 14 НО Сотрудники	Калорийность-82,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82 Калорийность-857,99, Белки-22,07, Жиры- 38.18. Углеволы-102.13 Директор школы	5-91				
30 Бухгал	сахар - песок, апельсин, лимон. кислота, аскорбиновая кислота Хлеб столичный Итого за Обед льготный пер зав. производством МЕНКО НА 14 НО	Калорийность-82,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82 Калорийность-857,99, Белки-22,07, Жиры-38.18. Углеволы-102.13 Директор школы ОЯБРЯ ЛИЦЕИ Калорийность-166,23, Белки-1,04, Жиры-	5-91 213-00				
30	сахар - песок, апельсин, лимон. кислота, аскорбиновая кислота Хлеб столичный Итого за Обед льготный пер . Зав. производством МЕННО НА 14 НО Сотрудники Салат "По-болгарски" с зеленью	Калорийность-82,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82 Калорийность-857,99, Белки-22,07, Жиры-38.18. Углеволы-102.13 Директор школы ОЯБРЯ ЛИЦЕИ Калорийность-166,23, Белки-1,04, Жиры-15,12, Углеводы-6,24	5-91				
30 Бухгал	сахар - песок, апельсин, лимон. кислота, аскорбиновая кислота Хлеб столичный Итого за Обед льготный пер . Зав. производством МЕННО НА 14 НО Сотрудники Салат "По-болгарски" с	Калорийность-82,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82 Калорийность-857,99, Белки-22,07, Жиры-38.18. Углеволы-102.13 Директор школы ОЯБРЯ ЛИЦЕИ Калорийность-166,23, Белки-1,04, Жиры-15,12, Углеводы-6,24	5-91 213-00				
30 Бухгал 100	сахар - песок, апельсин, лимон. кислота, аскорбиновая кислота Хлеб столичный Итого за Обед льготный тер . Зав. производством МЕННО НА 14 НО Сотрудники Салат "По-болгарски" с Зеленью перец сладкий, помидоры свежие, масло растительное, лук ре	Калорийность-82,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82 Калорийность-857,99, Белки-22,07, Жиры-38.18. Углеволы-102.13 Директор школы Калорийность-166,23, Белки-1,04, Жиры-15,12, Углеводы-6,24 епчатый, морковь, соль йодированная, сахар - песок,	5-91 213-00 59-74				
30 Бухгал	сахар - песок, апельсин, лимон. кислота, аскорбиновая кислота Хлеб столичный Итого за Обед льготный тер Зав. производством МЕННО НА 14 НО Сотрудники Салат "По-болгарски" с зеленью перец сладкий, помидоры свежие, масло растительное, лук резелень (укроп/петрушка), лимон. кислота Салат из свеклы отварной с	Калорийность-82,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82 Калорийность-857,99, Белки-22,07, Жиры-38.18. Углеволы-102.13 Директор школы ОЯБРЯ ЛИЦЕИ Калорийность-166,23, Белки-1,04, Жиры-15,12, Углеводы-6,24	5-91 213-00				
30 Бухгал 100	тер . Зав. производством МЕННО НА 14 НО Сотрудники Салат "По-болгарски" с Зеленью перец сладкий, помидоры свежие, масло растительное, лук резелень (укроп/петрушка), лимон. кислота Салат из свеклы отварной с яйцом свекла, яйцо столовое, масло растительное, соль йодированна свекла, яйцо столовое, масло растительное, соль йодированна свекла, яйцо столовое, масло растительное, соль йодированна столовое стол	Калорийность-82,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82 Калорийность-857,99, Белки-22,07, Жиры-38.18. Углеволы-102.13 Директор школы Калорийность-166,23, Белки-1,04, Жиры-15,12, Углеводы-6,24 епчатый, морковь, соль йодированная, сахар - песок, Калорийность-125,24, Белки-3,97, Жиры-8,39, Углеводы-8,5	5-91 213-00 59-74				
30 Бухгал 100 100/20	сахар - песок, апельсин, лимон. кислота, аскорбиновая кислота Хлеб столичный Итого за Обед льготный тер Зав. производством МЕННО НА 14 НО Сотрудники Салат "По-болгарски" с Зеленью перец сладкий, помидоры свежие, масло растительное, лук резелень (укроп/петрушка), лимон. кислота Салат из свеклы отварной с яйцом	Калорийность-82,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82 Калорийность-857,99, Белки-22,07, Жиры-38.18. Углеводы-102.13 Директор школы Калорийность-166,23, Белки-1,04, Жиры-15,12, Углеводы-6,24 епчатый, морковь, соль йодированная, сахар - песок, Калорийность-125,24, Белки-3,97, Жиры-8,39, Углеводы-8,5	5-91 213-00 59-74				
30 Бухгал 100 100/20 250/15/	тер . Зав. производством МЕННО НА 14 НО Сотрудники Салат "По-болгарски" с Зеленью перец сладкий, помидоры свежие, масло растительное, лук резелень (укроп/петрушка), лимон. кислота Салат из свеклы отварной с яйцом свекла, яйцо столовое, масло растительное, соль йодированна свекла, яйцо столовое, масло растительное, соль йодированна свекла, яйцо столовое, масло растительное, соль йодированна столовое стол	Калорийность-82,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82 Калорийность-857,99, Белки-22,07, Жиры-38.18. Углеволы-102.13 Директор Школы Калорийность-166,23, Белки-1,04, Жиры-15,12, Углеводы-6,24 глуатый, морковь, соль йодированная, сахар - песок, Калорийность-125,24, Белки-3,97, Жиры-8,39, Углеводы-8,5	5-91 213-00 59-74				
30 Бухгал 100 100/20	тер . Зав. производством МЕННО НА 14 НО Сотрудники Салат "По-болгарски" с Зеленью перец сладкий, помидоры свежие, масло растительное, лук резелень (укроп/петрушка), лимон. кислота Салат из свеклы отварной с яйцом свекла, яйцо столовое, масло растительное, соль йодированне Щи из св. капусты с картоф., мясом (филе кур), сметаной, зеленью	Калорийность-82,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82 Калорийность-857,99, Белки-22,07, Жиры-38.18. Углеволы-102.13 Директор школы Калорийность-166,23, Белки-1,04, Жиры-15,12, Углеводы-6,24 епчатый, морковь, соль йодированная, сахар - песок, Калорийность-125,24, Белки-3,97, Жиры-8,39, Углеводы-8,5 ая Калорийность-122,82, Белки-4,91, Жиры-6,98, Углеводы-9,83	5-91 213-00 59-74 32-80				
30 Бухгал 100 100/20 250/15/	Титого за Обед льготный птер . Зав. производством МЕННО НА 14 НО Сотрудники Салат "По-болгарски" с Зеленью перец сладкий, помидоры свежие, масло растительное, лук резелень (укроп/петрушка), лимон. кислота Салат из свеклы отварной с яйцом свекла, яйцо столовое, масло растительное, соль йодированне Щи из св. капусты с картоф., мясом (филе кур), сметаной, зеленью капуста б/к, картофель, филе куриное, лук репчатый, морков капуста б/к, картофель, филе куриное, лук репчатый, морков	Калорийность-82,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82 Калорийность-857,99, Белки-22,07, Жиры-38.18. Углеволы-102.13 Директор школы Калорийность-166,23, Белки-1,04, Жиры-15,12, Углеводы-6,24 епчатый, морковь, соль йодированная, сахар - песок, Калорийность-125,24, Белки-3,97, Жиры-8,39, Углеводы-8,5 ая Калорийность-122,82, Белки-4,91, Жиры-6,98, Углеводы-9,83	5-91 213-00 59-74 32-80				
30 Бухгал 100 100/20 250/15/ 10/2	Того за Обед льготный птер Зав. производством МЕННО НА 14 НО Сотрудники Салат "По-болгарски" с зелень (укроп/петрушка), лимон. кислота Салат из свеклы отварной с яйцом свекла, яйцо столовое, масло растительное, соль йодированна Щи из св. капусты с картоф., мясом (филе кур), сметаной, зеленью капуста б/к, картофель, филе куриное, лук репчатый, морков (укроп/петрушка), томатная паста.	Калорийность-82,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82 Калорийность-857,99, Белки-22,07, Жиры-38.18. Углеволы-102.13 Директор школы Калорийность-166,23, Белки-1,04, Жиры-15,12, Углеводы-6,24 гичатый, морковь, соль йодированная, сахар - песок, Калорийность-125,24, Белки-3,97, Жиры-8,39, Углеводы-8,5 ая Калорийность-122,82, Белки-4,91, Жиры-6,98, Углеводы-9,83 ь, сметана 15%, масло растительное, соль, зелень	5-91 213-00 59-74 32-80 49-47				
30 Бухгал 100 100/20 250/15/	Такар - песок, апельсин, лимон. кислота, аскорбиновая кислота Хлеб столичный Итого за Обед льготный тер Зав. производством МЕННО НА 14 НО Сотрудники Салат "По-болгарски" с зеленью перец сладкий, помидоры свежие, масло растительное, лук резелень (укроп/петрушка), лимон. кислота Салат из свеклы отварной с яйцом свекла, яйцо столовое, масло растительное, соль йодированы Щи из св. капусты с картоф., мясом (филе кур), сметаной, зеленью капуста б/к, картофель, филе куриное, лук репчатый, морков (укроп/петрушка), томатная паста. Котлета "Поэксарская"	Калорийность-82,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82 Калорийность-857,99, Белки-22,07, Жиры-38.18. Углеволы-102.13 Директор школы Калорийность-166,23, Белки-1,04, Жиры-15,12, Углеводы-6,24 епчатый, морковь, соль йодированная, сахар - песок, Калорийность-125,24, Белки-3,97, Жиры-8,39, Углеводы-8,5 ая Калорийность-122,82, Белки-4,91, Жиры-6,98, Углеводы-9,83	5-91 213-00 59-74 32-80				
30 Бухгал 100 100/20 250/15/ 10/2	Того за Обед льготный птер Зав. производством МЕННО НА 14 НО Сотрудники Салат "По-болгарски" с зелень (укроп/петрушка), лимон. кислота Салат из свеклы отварной с яйцом свекла, яйцо столовое, масло растительное, соль йодированна Щи из св. капусты с картоф., мясом (филе кур), сметаной, зеленью капуста б/к, картофель, филе куриное, лук репчатый, морков (укроп/петрушка), томатная паста.	Калорийность-82,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82 Калорийность-857,99, Белки-22,07, Жиры-38.18. Углеволы-102.13 Директор школы Калорийность-166,23, Белки-1,04, Жиры-15,12, Углеводы-6,24 гичатый, морковь, соль йодированная, сахар - песок, Калорийность-125,24, Белки-3,97, Жиры-8,39, Углеводы-8,5 ая Калорийность-122,82, Белки-4,91, Жиры-6,98, Углеводы-9,83 ь, сметана 15%, масло растительное, соль, зелень Калорийность-316,35, Белки-15,65, Жиры-20,33, Углеводы-18,3	5-91 213-00 59-74 32-80 49-47				
30 Бухгал 100 100/20 250/15/ 10/2 110	Хлеб столичный Итого за Обед льготный тер Зав. производством МЕННО НА 14 НО Сотрудники Салат "По-болгарски" с Зеленью перец сладкий, помидоры свежие, масло растительное, лук резелень (укроп/петрушка), лимон. кислота Салат из свеклы отварной с яйцом свекла, яйцо столовое, масло растительное, соль йодировання Щи из св. капусты с картоф., мясом (филе кур), сметаной, Зеленью капуста б/к, картофель, филе куриное, лук репчатый, морков (укроп/петрушка), томатная паста. Котлета "Поэксарская" (филе кур.) 110	Калорийность-82,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82 Калорийность-857,99, Белки-22,07, Жиры-38.18. Углеволы-102.13 Директор школы Калорийность-166,23, Белки-1,04, Жиры-15,12, Углеводы-6,24 гичатый, морковь, соль йодированная, сахар - песок, Калорийность-125,24, Белки-3,97, Жиры-8,39, Углеводы-8,5 ая Калорийность-122,82, Белки-4,91, Жиры-6,98, Углеводы-9,83 ь, сметана 15%, масло растительное, соль, зелень Калорийность-316,35, Белки-15,65, Жиры-20,33, Углеводы-18,3	5-91 213-00 59-74 32-80 49-47				
30 Бухгал 100 100/20 250/15/ 10/2	ТОВОВЕНЬНО ВОВЕНЬНО	Калорийность-82,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82 Калорийность-857,99, Белки-22,07, Жиры-38.18. Углеволы-102.13 Директор школы Калорийность-166,23, Белки-1,04, Жиры-15,12, Углеводы-6,24 епчатый, морковь, соль йодированная, сахар - песок, Калорийность-125,24, Белки-3,97, Жиры-8,39, Углеводы-8,5 ая Калорийность-122,82, Белки-4,91, Жиры-6,98, Углеводы-9,83 ь, сметана 15%, масло растительное, соль, зелень Калорийность-316,35, Белки-15,65, Жиры-20,33, Углеводы-18,3 ре, масло растительное, соль	5-91 213-00 59-74 32-80 49-47				

Бухгал	тер . Зав. производством	. Директор школы	
30	Батон нарезной	Углеводы-15,42	9-24
30	Хлеб столичный	Калорийность-82,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82 Калорийность-78,6, Белки-2,25, Жиры-0,87,	5-97
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-70,5, Белки-2,28, Жиры-0,24, Углеводы-14,76	<i>6-55</i>
	тесто слоеное б/д, джем, масло растительное, мука пшенич		
75	Слойка с джемом (п/ф)	Калорийность-298,73, Белки-3,86, Жиры-	45-68
75	Плюшка с маком тесто слоеное б/д, сахар - песок, мак, масло сливочное, мука	Калорийность-304,07, Белки-4,38, Жиры- 13,65, Углеводы-40,65 пшеничная, яйио столовое	49-79
100	Пирожок печеный с яблоком тесто дрожжевое для ватрушек, пирогов, кулебяк и др., фар растительное	Калорийность-251,87, Белки-5,29, Жиры-3,16, Углеводы-50,21 ош яблочный, яйцо столовое, мука пшеничная, масло	38-06
85	Трубочка ветчинная тесто дрожжевое для ватрушек, пирогов, кулебяк и др., вет столовое, масло растительное	Калорийность-287,17, Белки-12,23, Жиры- 13,37, Углеводы-29,36 чина в оболочке, сыр твердый, мука пшеничная, яйцо	53-77
50/50	Сосиска в тесте запеченная 50/50 тесто дрожжевое для ватрушек, пирогов, кулебяк и др., соси растительное	Калорийность-296,98, Белки-10,3, Жиры- 15,35, Углеводы-29,44 иски, яйцо столовое, мука пшеничная, масло	44-36
7	Лимон порц.	Углеводы-0,21	<i>3-26</i>
200	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ ЭПП сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой	Калорийность-62,16, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-15,18 Калорийность-2,38, Белки-0,06, Жиры-0,01,	7-25
200	Чай с сахаром сахар - песок, чай черный крупнолистовой	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	3-99
• • •	сахар - песок, апельсин, лимон. кислота, аскорбиновая кислот	na	2.00
200	макаронные изделия, сыр полутвердый 45%, масло сливочное Напиток апельсиновый	, <i>соль</i> Калорийность-102,1, Белки-0,13, Жиры- 0,03, Углеводы-25,15	14-15
150/20/ 5	Макароны отварные с сыром 150/20/5	Калорийность-328,81, Белки-11,44, Жиры- 14,82, Углеводы-37,09	67-28
150	крупа рисовая, масло сливочное, соль Макароны отварные 150 макаронные изделия, масло сливочное, соль	Калорийность-216,72, Белки-5,8, Жиры-5,01, Углеводы-37,05	19-47
150	Рис отварной 150	Калорийность-230,31, Белки-3,81, Жиры- 6,11, Углеводы-40,01	31-79
50	филе куриное, масло растительное, сыр полутвердый 45%, я Соус сметанный с томатом сметана 15%, томатная паста., мука пшеничная, соль	ицо столовое, мука пшеначная, соль Калорийность-37,88, Белки-0,97, Жиры- 1.92. Углеволы-4.02	9-49
80	Филе куриное "Забава" 80	Калорийность-253,91, Белки-13,87, Жиры- 20,53, Углеводы-3,39	96-88
50/15	свинина б/к, лук репчатый, мука пшеничная, масло растител Поджарка из свинины 50/15 свинина б/к, лук репчатый, масло растительное, томатная п	Калорийность-325,11, Белки-10,48, Жиры- 30,34, Углеводы-2,4	125-99

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 133397933100110045794213742499444592196809849534

Владелец Осипенко Ирина Валентиновна Действителен С 08.09.2025 по 08.09.2026