СОГЛАСОВАНО
Директор ... 1544

УТВЕРЖДЕНО
Директор
ООО "Московский школьник"
Калитин А.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

9 января 2018 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Завтрак 1 с 3-7
16,82	10,29	16,77	226,93	100	***Пудинг из творога запеченный*** Творог 9%, Крупа Манная, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Соль, Масло сливочное, Ванилин, Сухари панировачные, Сметана
0,006	0,002	5,285	21,188	10	***Соус клюквенный*** Клюква б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок
3,79	3,474	19,47	123,66	200	***Кофейный напиток злаковый на молоке*** Кофейный напиток , Сахар-песок, Молоко
2,32	2,95		35,83	10	***Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45%***
1,6	0,6	10	51,8	20	***Хлеб из муки пшеничной первого сорта***

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Завтрак 2 с 3-7
0,9	0,2	8,1	37,8	100	***Плоды и ягоды свежие (Апельсин)***

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Обед с 3-7
0,42	7,25	1,32	72,18	60	***Салат из свежих огурцов с растительным маслом*** Огурцы свежие, Масло растительное, Соль
3,76	4,04	10,05	91,58	200	***Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне*** Свекла свежая очищенная п/ф, Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий , Морковь свежая очищенна п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Томат-паста, Масло сливочное, Сахар-песок, Соль, Сметана, Лимонная кислота
11,35	10,44	2,08	147,623	70	***Гуляш из отварного мяса*** Говядина тазобедренная часть п/ф, Соль, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Томат-паста Масло сливочное, Мука пшеничная
2,97	3,39	32,79	173,544	120	***Рис отварной*** Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль
0,75	0,15	15,15	64,95	150	***Сок фруктовый***
1,6	0,6	10	51,8	20	***Хлеб из муки пшеничной первого сорта***
1,32	0,22	8,2	40,06	20	***Хлеб ржано-пшеничной***

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Полдник с 3-7
3,49	2,78	8,28	72,07	100	***Запеканка овощная*** Горошек зеленый консервированный, Картофель свежий , Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Морковь свежа очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Яйцо диетическое, Крупа Манная, Сухари панировачные, Масл растительное, Сметана, Сыр с м.д.ж 45%, Соль
2,46	1,64	23,96	120,504	40	***Ватрушка с повидлом*** Мука пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Масло растительное, Повидло (джем) ассортименте , Масло растительное
6,24	4	6,72	87,84	160	***Ряженка***

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Ужин 1 с 3-7
0,33	0,06	1,14	6,42	30	***Помидоры свежие***
5,86	8,42	13,84	154,52	200	***Капуста, тушенная с мясом*** Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежи очищенный п/ф, Томат-паста, Соль, Сахар-песок, Говядина тазобедренная часть п/ф
0,27	0,06	24,41	99,26	200	***Компот из плодов свежих (апельсин)*** Апельсин, Сахар-песок
				18	***Мармелад***
1,6	0,6	10	51,8	20	***Хлеб из муки пшеничной первого сорта***