

СОГЛАСОВАНО

Директор ДС № 1544
Ф.И.О

УТВЕРЖДЕНО

Директор
ООО "Московский школьник"
Калитин А.

МЕНЮ
За счет бюджета города Москвы
15 декабря 2017 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1 с 3-7					
Омлет натуральный, запеченный					
10,44	11,24	1,95	150,68	100	Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное
Кофейный напиток из цикория с молоком					
3,9	3,84	17,66	120,84	200	Молоко, Напиток кофейный цикорий растворимый, Сахар-песок
Масло коровьесладкосливочное несоленое					
0,08	8,25	0,08	74,89	10	
Хлеб из муки пшеничной первого сорта					
1,6	0,6	10	51,8	20	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 2 с 3-7					
Фрукты и ягоды свежие (Яблоко)					
0,4	0,4	9,8	44,4	100	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед с 3-7					
Салат Мозаика					
1,72	4,42	6,09	71,07	60	Картофель свежий, Горошек зеленый консервированный, Морковь свежая очищенная п/ф, Яйцо диетическое, Соль, Масло растительное
Щи из капусты свежей на бульоне мясном с мелкошинкованными овощами					
3,98	2,38	6,66	64,04	200	Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Томат-паста, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Сметана
Суфле из отварного мяса (говядина)					
11,62	11,05	5,98	169,883	70	Говядина тазобедренная часть п/ф, Соль, Молоко, Мука пшеничная, Соль, Яйцо диетическое, Масло растительное
Рис отварной					
2,97	3,39	32,79	173,544	120	Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль
Напиток из плодов сухих (изюм)					
0,28	0,06	21,88	89,18	200	Сахар-песок, Лимонная кислота, Изюм
Хлеб из муки пшеничной первого сорта					
1,6	0,6	10	51,8	20	
Хлеб ржано-пшеничной					
1,32	0,22	8,2	40,06	20	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Полдник с 3-7					
Лепешки с творогом					
9,18	5,93	24,26	187,19	100	Макаронные изделия (Лепешка яичная), Творог 9%, Сахар-песок, Масло растительное, Сметана, Сухари панировочные, Соль
Булочка Любимая					
2,74	1,74	15,24	87,564	30	Мука пшеничная, Молоко, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Дрожжи сухие, Соль, Масло сливочное, Масло растительное
Ряженка					
6,24	4	6,72	87,84	160	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Ужин 1 с 3-7					
Тфтели рыбные					
6,635	1,06	5,6	58,51	50	Рыба филе Трески б/к с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль, Масло сливочное
Пюре картофельное					
3,991	4,601	25,9	161,01	180	Картофель свежий, Молоко, Масло сливочное, Соль
Компот из плодов свежих					
0,06	0,06	21,35	86,14	200	Яблоки свежие, Апельсин, Сахар-песок, Лимонная кислота
Хлеб из муки пшеничной первого сорта					
1,6	0,6	10	51,8	20	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Вода питьевая детская (на весь день) с 3-7					
Вода питьевая детская					
				200	

Примечание: По желанию родителей на полдник может выдаваться "Чай с сахаром"

Общество с ограниченной
ответственностью
«Московский школьник»

СОГЛАСОВАНО
 Директор школы № 1544
 Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО
 Генеральный директор
 ООО "Московский школьник"
 Калитин А.



МЕНЮ
 Питание за счет средств бюджета
 15 декабря 2017 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		Завтрак с 1-4 кл	73,80 р.
4,34	7,76	20,15	167,68	150	Каша Пшеничная молочная , Масло сливочное	Каша пшеничная молочная	
		15,98	63,84	200	Чай черный весовой, Сахар-песок	Чай с сахаром	
1,5	0,58	10,28	52,4	20		Хлеб из муки пшеничной	
				20		Печенье	
0,08	8,25	0,08	74,8	10		Масло коровье сладкосливочное несоленое	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		Обед с 1-4 кл	129,83 р.
0,83 4	6,054	2,844	69,78	60	Капуста белокочанная очищенная, Морковь очищенная, Помидоры, Огурцы свежие, Масло растительное, Соль	Салат из сборных овощей	
1,64	3,04	10,12	74,44	200	Борщ с капустой и картофелем , Сметана	Борщ с капустой и картофелем	
10,0 2	4,68	4,5	100,2	60		Печень тушеная (говяжья)	
1,00 2	3,978	2,937	50,4	30	Сметана, Масло сливочное, Мука пшеничная, Соль	Соус сметанный	
6,55	8,48	38,58	256,81	120	Макароны отварные , Масло сливочное	Изделия макаронные отварные	
0,12	0,04	16,86	69,12	200	Смородина черная б/з, Сахар-песок	Напиток смородина	
1,5	0,58	10,28	52,4	20		Хлеб из муки пшеничной	
1,12	0,22	9,88	46,4	20		Хлеб ржано-пшеничный	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		Завтрак с 5-11 кл	80,00 р.
5,2	9,31	24,18	201,21	180	Каша Пшеничная молочная , Масло сливочное	Каша пшеничная молочная	
		15,98	63,84	200	Чай черный весовой, Сахар-песок	Чай с сахаром	
3	1,16	20,56	104,8	40		Хлеб из муки пшеничной	
				20		Печенье	
0,08	8,25	0,08	74,8	10		Масло коровье сладкосливочное несоленое	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		Обед с 5-11 кл	147,38 р.
1,39	10,09	4,74	116,3	100		Салат из сборных овощей	
					Капуста белокочанная очищенная, Морковь очищенная, Помидоры, Огурцы свежие, Масло растительное, Соль		
2,05	3,8	12,65	93,05	250		Борщ с капустой и картофелем	
					Борщ с капустой и картофелем, Сметана		
13,3 6	6,24	6	133,6	80		Печень тушеная (говяжья)	
1,00 2	3,978	2,937	50,4	30		Соус сметанный	
					Сметана, Масло сливочное, Мука пшеничная, Соль		
8,18	10,61	48,23	321,01	150		Изделия макаронные отварные	
					Макароны отварные, Масло сливочное		
0,12	0,04	16,86	69,12	200		Напиток смородина	
					Смородина черная б/з, Сахар-песок		
3	1,16	20,56	104,8	40		Хлеб из муки пшеничной	
1,12	0,22	9,88	46,4	20		Хлеб ржано-пшеничный	

Главный технолог



Зав. производством

