

СОГЛАСОВАНО  
 Директор ДС № 1544  
 Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО  
 Директор  
 ООО "Московский школьник"  
 Калитин А.

**МЕНЮ**  
 За счет бюджета города Москвы  
 29 декабря 2017 г.

| Белки                  | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |   |
|------------------------|-------|----------|---------|----------|---|
| <b>Завтрак 1 с 3-7</b> |       |          |         |          |   |
| 5,501                  | 8,359 | 25,78    | 200,412 | 180      | <b>Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)</b><br>Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное |
|                        |       | 9,99     | 39,96   | 200      | <b>Чай с сахаром</b><br>Чай черный весовой, Сахар-песок   |
| 0,08                   | 8,25  | 0,08     | 74,89   | 10       | <b>Масло коровьесладкосливочное несоленое</b>   |
| 1,6                    | 0,6   | 10       | 51,8    | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>   |

| Белки                  | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |                                      |
|------------------------|------|----------|--------|----------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 2 с 3-7</b> |      |          |        |          |                                      |
| 0,4                    | 0,4  | 9,8      | 44,4   | 100      | <b>Плоды и ягоды свежие (Яблоко)</b> |

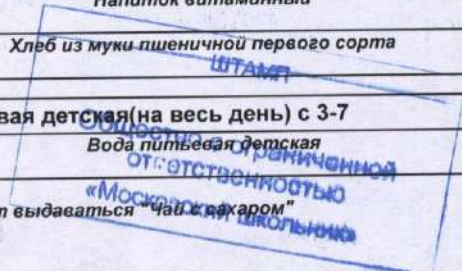
| Белки             | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |   |
|-------------------|-------|----------|---------|----------|---|
| <b>Обед с 3-7</b> |       |          |         |          |   |
| 0,852             | 6,048 | 4,986    | 77,79   | 60       | <b>Салат из свеклы с растительным маслом</b><br>Свекла свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль   |
| 2,1               | 5,11  | 11,09    | 98,72   | 200      | <b>Суп крестьянский с крупой (крупа перловая)</b><br>Капуста белоочная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Крупа Перловая, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Сметана |
| 10,612            | 2,793 | 10,661   | 110,278 | 70       | <b>Котлеты рубленые из фарша рыбного</b><br>Рыба филе Трески 5/х с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо диетическое, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное   |
| 2,52              | 2,484 | 20,364   | 113,82  | 120      | <b>Картофель отварной</b><br>Картофель свежий, Масло сливочное, Соль  |
| 0,75              | 0,15  | 15,15    | 64,95   | 150      | <b>Сок фруктовый</b>  |
| 1,6               | 0,6   | 10       | 51,8    | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>   |
| 1,32              | 0,22  | 8,2      | 40,06   | 20       | <b>Хлеб ржано-пшеничной</b>   |

| Белки                | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г |  |
|----------------------|-------|----------|--------|----------|--|
| <b>Полдник с 3-7</b> |       |          |        |          |  |
| 4,52                 | 4,72  | 26,55    | 166,72 | 100      | <b>Пудинг манный</b><br>Крупа Манная, Молоко, Соль, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Сухари панировочные, Сметана |
| 0,029                | 0,002 | 3,278    | 13,24  | 5        | <b>Соус абрикосовый</b><br>Курара, Сахар-песок   |
| 4,64                 | 5,12  | 6,4      | 90,88  | 160      | <b>Кефир</b>   |

| Белки               | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г |   |
|---------------------|-------|----------|--------|----------|---|
| <b>Ужин 1 с 3-7</b> |       |          |        |          |   |
| 0,33                | 0,06  | 1,14     | 6,42   | 30       | <b>Помидоры свежие</b>  |
| 16,9                | 15,55 | 22,89    | 299,12 | 200      | <b>Рагу из мяса птицы</b><br>Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Соль, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Томат-паста, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Мука пшеничная, Масло растительное |
| 0,46                | 0,15  | 29,11    | 119,62 | 200      | <b>Напиток витаминный</b><br>Шиповник, Сахар-песок, Изюм  |
| 1,6                 | 0,6   | 10       | 51,8   | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>   |

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

Примечание: По желанию родителей на полдник может выдаваться чай с сахаром



СОГЛАСОВАНО

Директор школы № 1544  
Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор  
ООО "Московский школьник"  
Калитин А.

**МЕНЮ**

Питание за счет средств бюджета  
29 декабря 2017 г.

| Белки  | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |   | 73,80 р. |
|--|------|----------|--------|----------|---|----------|
| <b>Завтрак с 1-4 кл</b>                          |      |          |        |          |   |          |
| <i>Запеканка из творога</i>                      |      |          |        |          |   |          |
| 5,04   | 18,4 | 20,64    | 268,32 | 80       |   |          |
| <i>Молоко сгущенное с сахаром 8.5 % жирности</i> |      |          |        |          |   |          |
| 0,72   | 0,85 | 5,55     | 32,8   | 10       |   |          |
| <i>Масло коровье сладкосливочное несоленое</i>   |      |          |        |          |   |          |
| 0,08   | 8,25 | 0,08     | 74,8   | 10       |   |          |
| <i>Чай с молоком с сахаром</i>                   |      |          |        |          |   |          |
| 1,2  | 1,28 | 17,86    | 87,84  | 200      | Чай черный весовой, Молоко, Сахар-песок |          |
| <i>Хлеб из муки пшеничной</i>                    |      |          |        |          |   |          |
| 1,5  | 0,58 | 10,28    | 52,4   | 20       |   |          |

| Белки  | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г |   | 129,83 р. |
|--|-------|----------|--------|----------|---|-----------|
| <b>Обед с 1-4 кл</b>                                 |       |          |        |          |   |           |
| <i>Салат из свежих огурцов с растительным маслом</i> |       |          |        |          |   |           |
| 0,42   | 7,248 | 1,32     | 72,12  | 60       | Огурцы свежие, Масло растительное, Соль |           |
| <i>Рассольник Ленинградский</i>                      |       |          |        |          |   |           |
| 2,06   | 3,22  | 13,82    | 92,5   | 200      | Рассольник Ленинградский, Сметана       |           |
| <i>Тефтели с рисом</i>                               |       |          |        |          |   |           |
| 8,08   | 3,28  | 13,04    | 114    | 80       |   |           |
| <i>Капуста тушеная</i>                               |       |          |        |          |   |           |
| 2,16   | 1,68  | 17,52    | 93,84  | 120      |   |           |
| <i>Напиток из плодов сухих (изюм)</i>                |       |          |        |          |   |           |
| 0,28   | 0,06  | 21,88    | 89,58  | 200      | Сахар-песок, Лимонная кислота, Изюм     |           |
| <i>Хлеб из муки пшеничной</i>                        |       |          |        |          |   |           |
| 1,5  | 0,58  | 10,28    | 52,4   | 20       |   |           |
| <i>Хлеб ржано-пшеничный</i>                          |       |          |        |          |   |           |
| 2,24   | 0,44  | 19,76    | 92,8   | 40       |   |           |

| Белки  | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |   | 80,00 р. |
|--|------|----------|--------|----------|---|----------|
| <b>Завтрак с 5-11 кл</b>                         |      |          |        |          |   |          |
| <i>Запеканка из творога</i>                      |      |          |        |          |   |          |
| 6,3  | 23   | 25,8     | 335,4  | 100      |   |          |
| <i>Молоко сгущенное с сахаром 8.5 % жирности</i> |      |          |        |          |   |          |
| 0,72   | 0,85 | 5,55     | 32,8   | 10       |   |          |
| <i>Масло коровье сладкосливочное несоленое</i>   |      |          |        |          |   |          |
| 0,08   | 8,25 | 0,08     | 74,8   | 10       |   |          |
| <i>Чай с молоком с сахаром</i>                   |      |          |        |          |   |          |
| 1,2  | 1,28 | 17,86    | 87,84  | 200      | Чай черный весовой, Молоко, Сахар-песок |          |
| <i>Хлеб из муки пшеничной</i>                    |      |          |        |          |   |          |
| 1,5  | 0,58 | 10,28    | 52,4   | 20       |   |          |

147,38 р.

## Обед с 5-11 кл

| Белки     | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |   |
|-----------|-------|----------|---------|----------|---|
| 0,7       | 12,08 | 2,2      | 120,2   | 100      | <b>Салат из свежих огурцов с растительным маслом</b><br>Огурцы свежие, Масло растительное, Соль |
| 2,57<br>5 | 4,025 | 17,275   | 115,625 | 250      | <b>Рассольник Ленинградский</b><br>Рассольник Ленинградский, Сметана                            |
| 12,1<br>2 | 4,92  | 19,56    | 171     | 120      | <b>Тефтели с рисом</b>  |
| 2,7       | 2,1   | 21,9     | 117,3   | 150      | <b>Капуста тушеная</b>  |
| 0,28      | 0,06  | 21,88    | 89,58   | 200      | <b>Напиток из плодов сухих (изюм)</b><br>Сахар-песок, Лимонная кислота, Изюм                    |
| 1,5       | 0,58  | 10,28    | 52,4    | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной</b>   |
| 1,12      | 0,22  | 9,88     | 46,4    | 20       | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b>   |

Главный технолог



Зав. производством

