

СОГЛАСОВАНО  
Директор ДС № 1544  
Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО

Директор  
ООО "Московский школьник"  
Калитин А.

**МЕНЮ**  
За счет бюджета города Москвы  
2 мая 2017 г.

| Белки                  | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г |   |
|------------------------|-------|----------|--------|----------|---|
| <b>Завтрак 1 с 3-7</b> |       |          |        |          |   |
| 16,82                  | 10,29 | 16,77    | 226,93 | 100      | <b>Пудинг из творога запеченный</b><br>Творог 9%, Крупа Манная, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Соль, Масло сливочное, Ванилин, Сухари панировочные, Сметана |
| 0,006                  | 0,002 | 5,285    | 21,188 | 10       | <b>Соус клюквенный</b><br>Клюква б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок   |
| 3,79                   | 3,474 | 19,47    | 123,66 | 200      | <b>Кофейный напиток злаковый на молоке</b><br>Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко   |
| 2,32                   | 2,95  |          | 35,83  | 10       | <b>Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45%</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> |      |          |        |          |   |
| 0,9                    | 0,2  | 8,1      | 37,8   | 100      | <b>Фрукты и ягоды свежие (Апельсин)</b> |

| Белки             | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |  |
|-------------------|-------|----------|---------|----------|--|
| <b>Обед с 3-7</b> |       |          |         |          |  |
| 0,42              | 7,25  | 1,32     | 72,18   | 60       | <b>Салат из свежих огурцов с растительным маслом</b><br>Огурцы свежие, Масло растительное, Соль  |
| 3,76              | 4,04  | 10,05    | 91,58   | 200      | <b>Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне</b><br>Свекла свежая очищенная п/ф, Капуста белокачанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная 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       | <b>Гуляш из отварного мяса</b><br>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      | <b>Рис отварной</b><br>Крупа Рисовая, 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> |      |          |         |          |   |
| 3,49                 | 2,78 | 8,28     | 72,07   | 100      | <b>Запеканка овощная</b><br>Горошек зеленый консервированный, Картофель свежий, Капуста белокачанная свежая очищенная п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Яйцо диетическое, Крупа Манная, Сухари панировочные, Масло растительное, Сметана, Сыр с м.д.ж 45%, Соль |
| 2,46                 | 1,64 | 23,96    | 120,504 | 40       | <b>Ватрушка с повидлом</b><br>Мука пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Масло растительное, Повидло (джем) в ассортименте, Масло растительное  |
| 6,24                 | 4    | 6,72     | 87,84   | 160      | <b>Ряженка</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>   |
| 5,86                | 8,42 | 13,84    | 154,52 | 200      | <b>Капуста, тушенная с мясом</b><br>Капуста белокачанная свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Томат-паста, Соль, Сахар-песок, Говядина тазобедренная часть п/ф |
| 0,27                | 0,06 | 24,41    | 99,26  | 200      | <b>Компот из плодов свежих (апельсин)</b><br>Апельсин, Сахар-песок   |
|                     |      |          |        | 18       | <b>Мармелад</b>  |
| 1,6                 | 0,6  | 10       | 51,8   | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>  |

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

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

ШТАМП  
Общество с ограниченной  
ответственностью  
«Московский школьник»