



УТВЕРЖДЕНО
 Директор
 ООО "Московский школьник"
 Калитин А.

МЕНЮ
 За счет бюджета города Москвы
 8 августа 2017 г.

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

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

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|-------|-------|----------|---------|----------|---|
| | | | | | Обед с 3-7 |
| 0,96 | 6,114 | 5,46 | 80,67 | 60 | Винегрет Картофель свежий, Свекла свежая очищенная п/ф, Лимонная кислота, Морковь свежая очищенная п/ф, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Горошек зеленый консервированный, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Лимонная кислота |
| 4,62 | 3,66 | 12,44 | 101,18 | 200 | Суп с изделиями макаронными (фигурными) группы А на бульоне из птицы Макаронные изделия (Вермишель яичная), Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло сливочное, Соль |
| 15,21 | 14 | 20,61 | 269,208 | 180 | Рагу из мяса птицы 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 |
| 0,28 | 0,06 | 21,88 | 89,18 | 200 | Напиток из плодов сухих (изюм) Сахар-песок, Лимонная кислота, Изюм |
| 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 |
| 3,67 | 5,57 | 17,19 | 133,608 | 120 | Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных) Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное |
| 2,41 | 1,94 | 13,67 | 81,792 | 30 | Булочка с изюмом Мука пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Изюм, Соль, Яйцо диетическое, Масло растительное |
| 4,64 | 5,12 | 6,4 | 90,88 | 160 | Кефир |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|-------|------|----------|--------|----------|--|
| | | | | | Ужин 1 с 3-7 |
| 6,635 | 1,06 | 5,6 | 58,51 | 50 | Тефтели рыбные Рыба филе Трески б/к с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль, Масло сливочное |
| 3,85 | 7,42 | 13,37 | 135,63 | 180 | Капуста тушеная Капуста белокачанная свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Томат-паста, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль, Сахар-песок |
| 0,06 | 0,02 | 24,1 | 96,78 | 200 | Кисель из клюквы быстрозамороженной Клюква б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок |
| 1,6 | 0,6 | 10 | 51,8 | 20 | Хлеб из муки пшеничной первого сорта |

| 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»