

13 день

УТВЕРЖДЕНО

Директор

ООО "Московский школьник"

Калитин А.



МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы
24 августа 2017 г.

[Signature]

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1 с 3-7					
<i>Каша жидкая на молоке (манная)</i>					
6,559	7,16	30,749	213,678	180	Крупа Манная, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное, Соль
<i>Какао на молоке</i>					
3,67	3,48	14,63	104,52	200	Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко
<i>Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45%</i>					
2,32	2,95		35,83	10	
<i>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</i>					
1,6	0,6	10	51,8	20	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 2 с 3-7					
<i>Фрукты и ягоды свежие (Груша)</i>					
0,32	0,24	8,24	36,4	80	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед с 3-7					
<i>Сельдь с луком</i>					
7,37	6	1,33	88,782	60	Сельдь сл/с, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное
<i>Суп с изделиями макаронными (фигурными) группы А на мясном бульоне</i>					
9,24	7,32	24,88	202,36	200	Макаронные изделия (Вермишель яичная), Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло сливочное, Соль
<i>Запеканка картофельная с мясом отварным</i>					
17,6	16,951	31,84	350,334	180	Говядина котлетная часть с/м, Картофель свежий, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло сливочное, Сухари панировочные, Соль
<i>Сок фруктовый</i>					
0,75	0,15	15,15	64,95	150	
<i>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</i>					
1,6	0,6	10	51,8	20	
<i>Хлеб ржано-пшеничной</i>					
1,32	0,22	8,2	40,06	20	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Полдник с 3-7					
<i>Запеканка со свежими фруктами</i>					
4,56	4,49	23,92	154,3	100	Крупа Пшено, Молоко, Соль, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Сухари панировочные, Яблоки свежие, Сметана
<i>Печенье</i>					
				20	
<i>Кефир</i>					
4,64	5,12	6,4	90,88	160	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Ужин 1 с 3-7					
<i>Тефтели мясные с соусом собственного производства</i>					
4,205	4,17	5,705	77,195	50	Говядина котлетная часть с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль, Масло растительное, Мука пшеничная, Томат-паста, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Сахар-песок, Соль
<i>Рагу из овощей</i>					
3,119	9,27	21,049	180,126	180	Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Масло растительное, Томат-паста, Морковь свежая очищенная п/ф, Мука пшеничная, Сахар-песок, Чеснок свежий очищенный п/ф, Соль
<i>Напиток витаминный</i>					
0,46	0,15	29,11	119,62	200	Шиповник, Сахар-песок, Изюм
<i>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</i>					
1,6	0,6	10	51,8	20	

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

Примечание: По желанию родителей на полдник может выдаваться

