

СОГЛАСОВАНО

Директор ДС №

1213

Ф И С

УТВЕРЖДЕНО

Директор

ООО "Московский школьник"

Калигин А.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

6 февраля 2018 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1 с 3-7					
16,82	10,28	16,77	208,63	100	Пудинг из творога запеченный Творог 9%, Крупа Манная, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Соль, Масло сливочное, Ванилин, Сухофрукты лангирозные, Сахарная пудра
0,006	0,002	3,299	21,188	10	Соус клюквенный Клюква 5%, Крахмал картофельный, Сахар-песок
3,76	2,474	19,47	123,66	200	Кофейный напиток злаковый на молоке Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко
2,32	2,89		35,82	10	Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45%
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 2 с 3-7					
0,8	0,2	6,1	37,6	100	Фрукты и ягоды свежие (Апельсин)

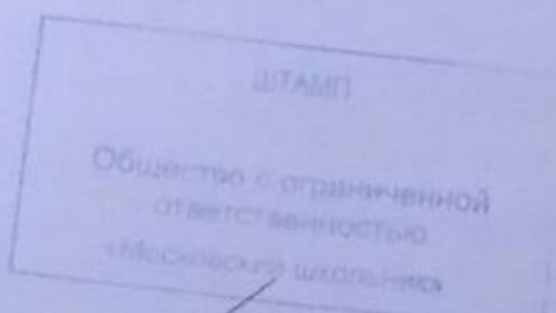
Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед с 3-7					
0,42	7,26	1,32	72,18	60	Салат из свежих огурцов с растительным маслом Огурцы свежие, Масло растительное, Соль
2,76	4,04	10,05	91,58	200	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне Свекла свежая очищенная л/ф, Капуста белокочанная свежая очищенная л/ф, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная л/ф, Лук репчатый свежий очищенный л/ф, Томат-паста, Масло сливочное, Сахар-песок, Соль, Сметана, Лимонная кислота
11,35	10,44	2,09	147,623	70	Гуляш из отварного мяса Говядина тазобедренная часть л/ф, Соль, Лук репчатый свежий очищенный л/ф, Морковь свежая очищенная л/ф, Томат-паста, Масло сливочное, Мука пшеничная
2,97	3,39	32,79	173,544	120	Рис отварной Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль
0,75	0,15	15,15	64,95	100	Сок фруктовый
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					
3,49	2,78	6,28	72,07	100	Запеканка овощная Герошек зеленый консервированный, Картофель свежий, Капуста белокочанная свежая очищенная л/ф, Морковь свежая очищенная л/ф, Лук репчатый свежий очищенный л/ф, Яйцо диетическое, Крупа Манная, Сухофрукты лангирозные, Масло растительное, Сметана, Сыр с м.д.ж 45%, Соль
2,46	1,64	23,86	120,504	40	Ватрушка с повидлом Мука пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Масло растительное, Повидло (джем) в аэроупаковке, Масло растительное
6,24	4	6,72	87,84	160	Ряженка

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Ужин 1 с 3-7					
0,32	0,06	1,14	6,42	30	Помидоры свежие
5,86	6,42	13,84	154,32	200	Капуста, тушенная с мясом Капуста белокочанная свежая очищенная л/ф, Масло растительное, Морковь свежая очищенная л/ф, Лук репчатый свежий очищенный л/ф, Томат-паста, Соль, Сахар-песок, Говядина тазобедренная часть л/ф
0,27	0,06	24,41	98,26	200	Компот из плодов свежих (апельсин) Апельсин, Сахар-песок
				18	Мармелад
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта

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"



Главный технолог _____

Зав. производством _____