

СОГЛАСОВАНО

Директор школы №

Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО

Остюк Ю.А.

**МЕНЮ**

За счет бюджета города Москвы  
16 марта 2018 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Завтрак 1 3-7</b>					
10,44	11,24	1,95	150,68	100	<b>Омлет натуральный, запеченный</b> Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное
3,9	3,84	17,66	120,84	200	<b>Кофейный напиток из цикория с молоком</b> Молоко, Напиток кофейный цикорий растворимый, 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 3-7</b>					
0,9	0,2	8,1	37,8	100	<b>Плоды и ягоды свежие (Апельсин)</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Обед 3-7</b>					
1,72	4,42	6,09	71,07	60	<b>Салат Мозаика</b> Картофель свежий, Горошек зеленый консервированный, Морковь свежая очищенная п/ф, Яйцо диетическое, Соль, Масло растительное
3,98	2,38	6,66	64,04	200	<b>Щи из капусты свежей на бульоне мясном с мелкошинкованными овощами</b> Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Томат-паста, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Сметана
11,62	11,05	5,98	169,883	70	<b>Суфле из отварного мяса (говядина)</b> Говядина тазобедренная часть п/ф, Соль, Молоко, Мука пшеничная, Соль, Яйцо диетическое, Масло растительное
2,97	3,39	32,79	173,544	120	<b>Рис отварной</b> Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль
0,28	0,06	21,88	89,18	200	<b>Напиток из плодов сухих (изюм)</b> Сахар-песок, Лимонная кислота, Изюм
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 3-7</b>					
9,18	5,93	24,26	187,19	100	<b>Лепшевик с творогом</b> Макаронные изделия (Вермишель яичная), Творог 9%, Сахар-песок, Масло растительное, Сметана, Сухари панировочные, Соль
2,74	1,74	15,24	87,564	30	<b>Булочка Любимая</b> Мука пшеничная, Молоко, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Дрожжи сухие, Соль, Масло сливочное, Масло растительное
6,24	4	6,72	87,84	160	<b>Ряженка</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Ужин 1 3-7</b>					
6,635	1,06	5,6	58,51	50	<b>Тефтели рыбные</b> Рыба филе Минтая б/к с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль, Масло сливочное
3,991	4,601	25,9	161,01	180	<b>Пюре картофельное</b> Картофель свежий, Молоко, Масло сливочное, Соль
0,06	0,06	21,35	86,14	200	<b>Компот из плодов свежих</b> Яблоки свежие, Апельсин, Сахар-песок, Лимонная кислота
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 3-7 (на весь день)
				200	Вода питьевая детская

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

Главный технолог \_\_\_\_\_



Зав. производством \_\_\_\_\_

