

СОГЛАСОВАНО

Директор школы №
Ф.И.О.

Мещковского
Иванов

УТВЕРЖДЕНО

Остюк Ю.А.

**МЕНЮ**

За счет бюджета города Москвы
25 мая 2018 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1 3-7					
5,501	8,359	25,78	200,412	180	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных) Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное
		9,99	39,96	200	Чай с сахаром Чай черный весовой, 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
Завтрак 2 3-7					
0,4	0,3	10,3	45,5	100	Плоды и ягоды свежие (Груша)
Обед 3-7					
0,852	6,048	4,986	77,79	60	Салат из свеклы с растительным маслом Свекла свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль
2,1	5,11	11,09	98,72	200	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая) Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Крупа Перловая, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Сметана
10,61 2	2,793	10,661	110,278	70	Котлеты рубленные из фарша рыбного Рыба филе Минтая б/к с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо диетическое, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное
2,52	2,484	20,364	113,82	120	Картофель отварной Картофель свежий, Масло сливочное, Соль
0,1	0,04	24,46	98,6	200	Кисель из смородины Смородина черная б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок
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
Полдник 3-7					
4,52	4,72	26,55	166,72	100	Пудинг манный Крупа Манная, Молоко, Соль, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Сухари панировочные, Сметана
0,029	0,002	3,278	13,24	5	Соус абрикосовый Курага, Сахар-песок
4,64	5,12	6,4	90,88	160	Кефир
Ужин 1 3-7					
0,33	0,06	1,14	6,42	30	Помидоры свежие
16,9	15,55	22,89	299,12	200	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
0,46	0,15	29,11	119,62	200	Напиток витаминный Шиповник, Сахар-песок, Изюм
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта

