

СОГЛАСОВАНО

Директор ДС № 1538

Ф.И.О.

Ольга Александровна Митрофанова О.А.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

ООО "Московский школьник"

Калитин А.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

2 апреля 2018 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1 с 3-7					
<i>Каша пшеничная молочная</i>					
7,099	6,57	36,23	232,092	180	Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль
<i>Чай с лимоном</i>					
0,04		10,11	40,62	200	Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон
<i>Масло коровьесладкосливочное несоленое</i>					
0,08	8,25	0,08	74,89	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 (Яблоко)</i>					
0,32	0,32	7,84	35,52	80	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед с 3-7					
<i>Салат из свеклы с растительным маслом</i>					
0,852	6,048	4,986	77,79	60	Свекла свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль
<i>Уха ростовская</i>					
5,56	4,45	11,36	107,7	200	Рыба филе Минтая б/к с/м, Картофель свежий, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Помидоры
<i>Рагу из мяса птицы</i>					
15,21	14	20,61	269,208	180	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
<i>Компот из плодов сухих</i>					
0,28	0,06	27,88	113,14	200	Изюм, Чернослив, Сахар-песок, Лимонная кислота
<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>Макаронные изделия, запеченные с яйцом</i>					
5,35	4,32	19,34	137,67	100	Макаронные изделия, Масло сливочное, Яйцо диетическое, Молоко, Соль
<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>Фрикадельки мясные паровые собственного производства</i>					
7,98	6,38	6,25	114,275	50	Говядина котлетная часть с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль
<i>Картофель отварной</i>					
3,78	3,726	30,546	170,73	180	Картофель свежий, Масло сливочное, Соль
<i>Напиток яблочный</i>					
0,06	0,06	21,36	86,14	200	Яблоки свежие, Сахар-песок, Лимонная кислота
<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					
				200	Вода питьевая детская

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

ШТАМП
Общество с ограниченной
ответственностью
«Московский школьник»

Главный технолог _____

Зав. производством _____