

СОГЛАСОВАНО

Директор ДС № 1538

Ф.И.О.

*Мельникова О.И.*

УТВЕРЖДЕНО

Директор

ООО "Московский школьник"

Калитин А.

**МЕНЮ**

За счет бюджета города Москвы

5 февраля 2018 г.

| Белки   | Жиры | Углеводы | Калор.  | Выход, г |   |
|---|------|----------|---------|----------|---|
| <b>Завтрак 1 с 3-7</b>                        |      |          |         |          |   |
| <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 |  |
|--------------------------------------|------|----------|--------|----------|--|
| <b>Завтрак 2 с 3-7</b>               |      |          |        |          |  |
| <i>Плоды и ягоды свежие (Яблоко)</i> |      |          |        |          |  |
| 0,32                                 | 0,32 | 7,84     | 35,52  | 80       |  |

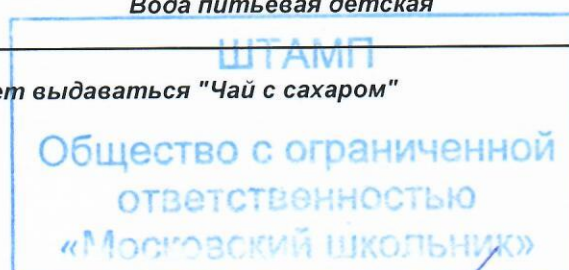
| Белки  | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |  |
|--|-------|----------|---------|----------|--|
| <b>Обед с 3-7</b>                            |       |          |         |          |  |
| <i>Салат из свеклы с растительным маслом</i> |       |          |         |          |  |
| 0,852  | 6,048 | 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 |   |
|--------------------------------------|------|----------|--------|----------|---|
| <b>Полдник с 3-7</b>                 |      |          |        |          |   |
| <i>Макаронны, 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 |  |
|---|-------|----------|---------|----------|--|
| <b>Ужин 1 с 3-7</b>   |       |          |         |          |  |
| <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 |  |
|--|------|----------|--------|----------|--|
| <b>Вода питьевая детская(на весь день) с 3-7</b> |      |          |        |          |  |
| <i>Вода питьевая детская</i>                     |      |          |        |          |  |
|  |      |          |        | 200      |  |

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



Главный технолог

Зав. производством