

СОГЛАСОВАНО

Директор ДС № 1538

Ф.И.О.

Александрович О.И.



УТВЕРЖДЕНО

Директо

ООО "Московский школьник"

Калитин А

## МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

14 сентября 2018 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Завтрак 1 с 3-7</b>					
17,96	11,43	20,14	255,25	100	<b>Запеканка из творога</b>
Творог 9%, Крупа Манная, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Соль, Сухари панировочные, Сметана					
0,72	0,85	5,55	32,73	10	<b>Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности</b>
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>
2,32	2,95		35,83	10	<b>Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45%</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 с 3-7</b>					
0,32	0,32	7,84	35,52	80	<b>Фрукты и ягоды свежие (Яблоко)</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Обед с 3-7</b>					
1,05	4,4	8,03	75,948	60	<b>Салат из отварного картофеля свежего огурца и зеленого салата</b>
Картофель свежий, Огурцы свежие, Капуста Пекинская (Салат Китайский), Масло растительное, Соль					
2,06	3,22	13,82	92,36	200	<b>Рассольник ленинградский</b>
Картофель свежий, Крупа Перловая, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Масло растительное, Соль, Сметана					
10,45	7,42	2,92	118,587	70	<b>Печень по-строгановски</b>
Печень говяжья с/м, Томат-паста, Сметана, Соль, Масло сливочное, Мука пшеничная, Соль					
4,42	3,49	28,2	161,904	120	<b>Изделия макаронные отварные</b>
Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное					
0,75	0,15	15,15	64,95	150	<b>Сок фруктовый</b>
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 с 3-7</b>					
7,39	6,98	43,45	266,18	100	<b>Оладьи</b>
Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное					
		3,3	13,2	5	<b>Повидло</b>
4,48	4,8	16,64	127,68	160	<b>Биоогурт фруктовый питьевой</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Ужин 1 с 3-7</b>					
7,07	5,945	0,8	84,965	50	<b>Гуляш из отварной птицы</b>
Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Масло сливочное, Мука пшеничная, Томат-паста, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль					
3,17	5,99	16,819	133,866	180	<b>Свекла тушеная</b>
Свекла свежая очищенная п/ф, Масло сливочное, Сметана, 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>