СОГЛАСОВАНО
Директор ДС № 1538
Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО
Директор
ООО "Московский школьник"
Калитин А.

# МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

## 15 февраля 2018 г.

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | Завтрак 1 с 3-7 |
|---|---|---|---|---|---|
| 10,44 | 11,24 | 1,95 | 150,68 | 100 | Омлет натуральный, запеченный<br>Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное |
| 3,67 | 3,48 | 14,63 | 104,52 | 200 | Какао на молоке<br>Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко |
| 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 |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | Завтрак 2 с 3-7 |
|---|---|---|---|---|---|
| 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44,4 | 100 | Плоды и ягоды свежие (Яблоко) |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | Обед с 3-7 |
|---|---|---|---|---|---|
| 0,864 | 6,048 | 5,73 | 80,79 | 60 | Салат витаминный с маслом растительным<br>Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Сахар-песок, Лимонная кислота, Соль, Масло растительное |
| 5,529 | 4,237 | 14,231 | 117,249 | 190 | Суп картофельный с бобовыми (горох)<br>Картофель свежий , Горох колотый, Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль |
| 1,14 | 0,43 | 7,15 | 37,037 | 10 | Сухарики из хлеба пшеничного |
| 10,612 | 2,793 | 10,661 | 110,278 | 70 | Котлеты рубленные из фарша рыбного<br>Рыба филе Минтая б/к с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо диетическое, Соль, Сухари панировачные, Масло растительное |
| 2,97 | 3,39 | 32,79 | 173,544 | 120 | Рис отварной<br>Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль |
| 0,75 | 0,15 | 15,15 | 64,95 | 150 | Сок фруктовый |
| 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 |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | Полдник с 3-7 |
|---|---|---|---|---|---|
| 4,56 | 4,49 | 23,92 | 154,3 | 100 | Запеканка со свежими плодами<br>Крупа Пшено, Молоко, Соль, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Сухари панировачные, Яблоки свежие, Сметана |
| 2,41 | 1,94 | 13,67 | 81,792 | 30 | Булочка с изюмом<br>Мука пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Изюм, Соль, Яйцо диетическое, Масло растительное |
| 6,24 | 4 | 6,72 | 87,84 | 160 | Ряженка |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | Ужин 1 с 3-7 |
|---|---|---|---|---|---|
| 0,24 | 0,009 | 0,153 | 3,27 | 30 | Огурцы консервированные без уксуса |
| 10,91 | 8,33 | 48,96 | 314,48 | 200 | Макароны, запеченые с сыром<br>Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль, Сыр с м.д.ж 45% |
| 0,06 | 0,06 | 21,35 | 86,14 | 200 | Компот из плодов свежих<br>Яблоки свежие, Апельсин, Сахар-песок, Лимонная кислота |
| 1,6 | 0,6 | 10 | 51,8 | 20 | Хлеб из муки пшеничной первого сорта |

| 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»