

СОГЛАСОВАНО

Директор ДС № 1538

Ф.И.О.

Иванов Александрович О.И.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

ООО "Московский школьник"

Калитин А.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы
25 сентября 2018 г.

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|------------------------|-------|----------|--------|----------|--|
| Завтрак 1 с 3-7 | | | | | |
| 15,24 | 9,83 | 15,41 | 211,1 | 100 | Суфле творожное запеченное Творог 9%, Мука пшеничная, Молоко, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное |
| 0,006 | 0,002 | 5,285 | 21,188 | 10 | Соус клюквенный Клюква б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок |
| 3,79 | 3,474 | 19,47 | 123,66 | 200 | Кофейный напиток злаковый на молоке Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко |
| 2,32 | 2,95 | | 35,83 | 10 | Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45% |
| 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 | | | | | |
| 0,32 | 0,32 | 7,84 | 35,52 | 80 | Фрукты и ягоды свежие (Яблоко) |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|-------------------|-------|----------|---------|----------|--|
| Обед с 3-7 | | | | | |
| 1,72 | 4,42 | 6,09 | 71,07 | 60 | Салат Мозаика Картофель свежий, Горошек зеленый консервированный, Морковь свежая очищенная п/ф, Яйцо диетическое, Соль, Масло растительное |
| 3,76 | 4,04 | 10,05 | 91,58 | 200 | Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне Свекла свежая очищенная п/ф, Капуста белокачанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Томат-паста, Масло сливочное, Сахар-песок, Соль, Сметана, Лимонная кислота |
| 11,49 | 11,23 | 2,68 | 157,71 | 70 | Бефстроганов из мяса отварного Говядина тазобедренная часть п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Соль, Молоко, Мука пшеничная, Сметана, Масло сливочное |
| 2,73 | 3,51 | 22,07 | 130,824 | 120 | Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом Картофель свежий, Масло сливочное, Соль |
| 0,28 | 0,06 | 27,88 | 113,14 | 200 | Компот из плодов сухих Изюм, Чернослив, Сахар-песок, Лимонная кислота |
| 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 | | | | | |
| 7,39 | 6,98 | 43,45 | 266,18 | 100 | Оладьи Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное |
| | | 3,3 | 13,2 | 5 | Повидло |
| 4,64 | 5,12 | 6,08 | 88,96 | 160 | Ацидофилин |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|---------------------|------|----------|---------|----------|--|
| Ужин 1 с 3-7 | | | | | |
| 7,98 | 6,38 | 6,25 | 114,275 | 50 | Фрикадельки мясные паровые собственного производства Говядина котлетная часть с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль |
| 3,85 | 7,42 | 13,37 | 135,63 | 180 | Капуста тушеная Капуста белокачанная свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Томат-паста, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль, Сахар-песок |
| 0,12 | 0,04 | 16,86 | 68,36 | 200 | Напиток смородина Смородина черная б/з, Сахар-песок |
| 1,6 | 0,6 | 10 | 51,8 | 20 | Хлеб из муки пшеничной первого сорта |