СОГЛАСОВАНО
Директор ДС № 1538
Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО
Директор
ООО "Московский школьник"
Калитин А.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

30 мая 2018 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Завтрак 1 с 3-7
5,501	8,359	25,78	200,412	180	*Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)* Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное
		9,99	39,96	200	*Чай с сахаром* Чай черный весовой, Сахар-песок
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	*Плоды и ягоды свежие (Яблоко)*

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Обед с 3-7
0,96	6,114	5,46	80,67	60	*Винегрет* Картофель свежий , Свекла свежая очищенная п/ф, Лимонная кислота, Морковь свежая очищенная п/ф, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки) , Горошек зеленый консервированный, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Лимонная кислота
5,529	4,237	14,231	117,249	190	*Суп картофельный с бобовыми (горох)* 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* Рыба филе Минтая б/к с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо диетическое, Соль, Сухари панировачные, Масло растительное
4,42	3,49	28,2	161,904	120	*Изделия макаронные отварные* Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное
0,1	0,02	17,26	69,62	200	*Напиток вишневый* Вишня б/з, Сахар-песок
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*
4,48	4,8	16,64	127,68	160	*Биойогурт фруктовый питьевой*

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Ужин 1 с 3-7
6,13	5,64	5,82	98,535	50	*Котлеты рубленые из птицы (цыплята) собственного производства, запеченные с соусом молочным* Мясо кур (п/ф бедро,голень,грудка) с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль, Молоко, Масло сливочное, Мука пшеничная, Сыр с м.д.ж 45%, Соль
7,596	6,426	34,272	225,36	180	*Каша гречневая рассыпчатая* Крупа Гречневая, Соль, Масло сливочное
0,52	0,04	19,2	79,14	200	*Кисель абрикосовый* Курага, Крахмал картофельный, Сахар-песок
1,6	0,6	10	51,8	20	*Хлеб из муки пшеничной первого сорта*