

СОГЛАСОВАНО

Директор № 2009

Ф.И.О.

С.В. Мисик Школа № 2009



УТВЕРЖДЕНО

Директор

ООО "Школьник-ЮЗ"

Мисик М.В.



МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

17 ноября 2017 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1 с 3-7 ДС					
16,82	10,29	16,77	226,93	100	Пудинг из творога запеченный
Творог 9%, Крупа Манная, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Соль, Масло сливочное, Ванилин, Сухари панировочные, Сметана					
0,72	0,85	5,55	32,73	10	Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности
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 коровье сладкосливочное 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 ДС					
0,64	0,16	6	28	80	Фрукты и ягоды свежие (Мандарины)

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед с 3-7 ДС					
0,75	3,288	5,22	53,454	60	Икра из уваренных кабачков
Кабачки б/з, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Томат-паста, Соль					
1,6	3,04	6,74	60,7	200	Щи из свежей капусты
Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Томат-паста, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Сметана					
11,61	5,25	8,35	127,092	70	Суфле из печени
Печень говяжья с/м, Молоко, Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Соль, Масло растительное					
0,167	0,663	0,49	8,591	5	Соус сметанный
Сметана, Масло сливочное, Мука пшеничная, Соль					
2,66	3,07	17,27	107,34	120	Пюре картофельное
Картофель свежий, Молоко, Масло сливочное, Соль					
0,28	0,06	27,88	113,14	200	Компот из плодов сухих
Изюм, Чернослив, Сахар-песок, Лимонная кислота					
1,32	0,22	8,2	40,06	20	Хлеб ржано-пшеничной
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Полдник с 3-7 ДС					
4,28	5,68	15,22	129,072	120	Каша жидкая на молоке (гречневая)
Крупа Гречневая, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное					
				20	Печенье
4,48	4,8	16,64	127,68	160	Биоогурт фруктовый питьевой

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Ужин 1 с 3-7 ДС					
5,33	6,06	6,02	99,975	50	Котлеты мясные рубленые собственного производства, запеченные с соусом молочным
Говядина котлетная часть с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль, Молоко, Масло сливочное, Мука пшеничная, Масло растительное					
3,119	9,27	21,049	180,126	180	Рагу из овощей
Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Масло растительное, Томат-паста, Морковь свежая очищенная п/ф, Мука пшеничная, Сахар-песок, Чеснок свежий очищенный п/ф, Соль					
0,1	0,04	24,46	98,6	200	Кисель из смородины
Смородина черная б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок					
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта