СОГЛАСОВАНО
Директор ДС № 89
Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕ
Дирек
ООО "Московский школьн
Калити

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

10 августа 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
0,4	0,4	9,8	44,4	100	***Плоды и ягоды свежие (Яблоко)***

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Обед с 3-7
0,852	6,048	4,986	77,79	60	***Салат из свеклы с растительным маслом*** Свекла свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль
2,1	5,11	11,09	98,72	200	***Суп крестьянский с крупой (крупа перловая)*** Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий , Крупа Перловая, Морковь свежая очищенная п/ репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Сметана
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
2,52	2,484	20,364	113,82	120	***Картофель отварной*** Картофель свежий , 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
4,52	4,72	26,55	166,72	100	***Пудинг манный*** Крупа Манная, Молоко, Соль, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Сухари панировачные, Сметана
0,029	0,002	3,278	13,24	5	***Соус абрикосовый*** Курага, Сахар-песок
4,64	5,12	6,4	90,88	160	***Кефир***

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Ужин 1 с 3-7
0,33	0,06	1,14	6,42	30	***Помидоры свежие***
16,9	15,55	22,89	299,12	200	***Рагу из мяса птицы*** Мясо кур (п/ф бедро,голень,грудка) с/м, Соль, Картофель свежий , Морковь свежая очищенная п/ф, Томат-паста, Лук свежий очищенный п/ф, Мука пшеничная, Масло растительное
0,46	0,15	29,11	119,62	200	***Напиток витаминный*** Шиповник, Сахар-песок, Изюм
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"

Общество с ограниченной ответственностью «Московский школьник» ШТАМП

Главный технолог _____ Зав. производством _____