

**МЕНЮ**  
 За счет бюджета города Москвы  
 30 октября 2017 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор	Выход, г	
<b>Завтрак 1 (ясли) с 1,5-3</b>					
4,67	4,38	24,15	154,728	120	<b>Каша пшеничная молочная</b> Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль
		7,49	29,97	150	<b>Чай с сахаром</b> Чай черный весовой, Сахар-песок
2,32	2,95		35,83	10	<b>Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45%</b>
1,6	0,6	10	51,8	20	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор	Выход, г	
<b>Завтрак 2 (ясли) с 1,5-3</b>					
0,2	0,2	4,9	22,2	50	<b>Фрукты и ягоды свежие (Яблоко)</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор	Выход, г	
<b>Обед (ясли) с 1,5-3</b>					
0,37	2,13	1,95	28,386	30	<b>Салат из моркови с растительным маслом</b> Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное
2,028	2,847	8,073	66,04	130	<b>Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на мясном бульоне</b> Картофель свежий, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль, Фасоль сухая
11,35	10,44	2,08	147,623	70	<b>Гуляш из отварного мяса</b> Говядина тазобедренная часть п/ф, Соль, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Томат-паста, Масло сливочное, Мука пшеничная
1,84	1,45	11,75	67,46	50	<b>Изделия макаронные отварные</b> Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное
				150	<b>Сок фруктовый</b>
1,6	0,6	10	51,8	20	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>
1,32	0,22	8,2	40,06	20	<b>Хлеб ржано-пшеничной</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор	Выход, г	
<b>Полдник (ясли) с 1,5-3</b>					
7,39	6,98	43,45	266,18	100	<b>Оладьи</b> Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное
		3,3	13,2	5	<b>Повидло</b>
3,92	3,78	14,28	106,82	140	<b>Йогурт питьевой ягодный</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор	Выход, г	
<b>Вода питьевая детская(на весь день) (ясли) с 1,5-3</b>					
				100	<b>Вода питьевая детская</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор	Выход, г	
<b>Завтрак 1 с 3-7</b>					
7,099	6,57	36,23	232,092	180	<b>Каша пшеничная молочная</b> Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль
		9,99	39,96	200	<b>Чай с сахаром</b> Чай черный весовой, Сахар-песок
2,32	2,95		35,83	10	<b>Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45%</b>
1,6	0,6	10	51,8	20	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор	Выход, г	
<b>Завтрак 2 с 3-7</b>					
0,32	0,32	7,84	35,52	80	<b>Фрукты и ягоды свежие (Яблоко)</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Обед с 3-7</b>					
0,73	4,25	3,89	56,772	60	<b>Салат из моркови с растительным маслом</b> Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное
3,12	4,38	12,42	101,6	200	<b>Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на мясном бульоне</b> Картофель свежий, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль, Фасоль Сухая
11,35	10,44	2,08	147,623	70	<b>Гуляш из отварного мяса</b> Говядина тазобедренная часть п/ф, Соль, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Томат-паста, Масло сливочное, Мука пшеничная
4,42	3,49	28,2	161,904	120	<b>Изделия макаронные отварные</b> Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное
0,75	0,15	15,15	64,95	150	<b>Сок фруктовый</b>
1,6	0,6	10	51,8	20	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>
1,32	0,22	8,2	40,06	20	<b>Хлеб ржано-пшеничной</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Полдник с 3-7</b>					
7,39	6,98	43,45	266,18	100	<b>Оладьи</b> Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное
		3,3	13,2	5	<b>Повидло</b>
4,64	5,12	6,08	88,96	160	<b>Ацидофилин</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Ужин 1 с 3-7</b>					
8,32	7,67	6,72	129,225	50	<b>Биточки рубленые куриные</b> Мясо кур (п/ф бедро голень грудка) с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Соль, Масло растительное
4,1	5,27	33,109	196,236	180	<b>Картофель отварной, запеченый со сливочным маслом</b> Картофель свежий, Масло сливочное, Соль
0,13	0,01	22,4	90,22	200	<b>Компот из плодов свежих (лимон)</b> Лимон, Сахар-песок
1,6	0,6	10	51,8	20	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Вода питьевая детская(на весь день) с 3-7</b>					
				200	<b>Вода питьевая детская</b>

Примечание: По желанию родителей на полдник может выдаваться "Чай с сахаром"

ШТАМП  
Общество с ограниченной  
ответственностью  
«Московский школьник»

Главный технолог \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_