СОГЛАСОВАНО
Директор ДС № 1286

УТВЕРЖДЕ
Директ
ООО "Московский школьн
Калити

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

9 октября 2017 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Завтрак 1 с 3-7
10,44	11,24	1,95	150,68	100	***Омлет натуральный, запеченный*** Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное
3,79	3,474	19,47	123,66	200	***Кофейный напиток злаковый на молоке*** Кофейный напиток , Сахар-песок, Молоко
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
0,9	0,2	8,1	37,8	100	***Плоды и ягоды свежие (Апельсин)***

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Обед с 3-7
0,73	4,25	3,89	56,772	60	***Салат из моркови с растительным маслом*** Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное
9,24	7,32	24,88	202,36	200	***Суп с изделиями макаронными (фигурными) группы А на мясном бульоне*** Макаронные изделия (Вермишель яичная), Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, М сливочное, Соль
11,66	11,25	3,07	160,118	70	***Азу из мяса отварного*** Говядина тазобедренная часть п/ф, Масло растительное, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Мука пшеничная, Томат-п Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки) , Соль, Чеснок свежий очищенный п/ф
5,06	4,29	22,85	150,24	120	***Каша гречневая рассыпчатая*** Крупа Гречневая, Соль, Масло сливочное
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
5,23	4,98	31,48	191,65	100	***Лепешки картофельные*** Картофель свежий , Яйцо диетическое, Мука пшеничная, Сметана, Соль, Масло растительное
0,167	0,663	0,49	8,591	5	***Соус сметанный*** Сметана, Масло сливочное, Мука пшеничная, Соль
6,24	4	6,72	87,84	160	***Ряженка***

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, С м.д.ж 45%, Соль
4,176		37,188	165,492	180	***Овощи запеченые*** Картофель свежий , Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль
0,06	0,06	21,36	86,14	200	***Напиток яблочный*** Яблоки свежие, Сахар-песок, Лимонная кислота
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"

Главный технолог _____ Зав. производством _____