

СОГЛАСОВАНО

Директор школы _____
Ф.И.О. _____



УТВЕРЖДЕНО

ООО "РусСоцКапитал"



МЕНЮ

за счёт бюджетных средств города Москвы

22 сентября 2020 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1-4 льготное					
<i>Каша пшенная</i>					
4,3	7,8	20,2	167,7	150	Каша Пшенная молочная , Масло сливочное
<i>Какао на молоке</i>					
3,68	3,48	21,62	133,4	200	Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко
<i>Яблоки</i>					
0,56	0,56	13,72	65,8	140	Яблоки свежие
<i>Сыр</i>					
2,32	2,95	0	36,4	10	Сыр с м.д.ж 45%
<i>Хлеб из муки пшеничной</i>					
3	1,16	20,56	104,8	40	Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 5-11 льготное					
<i>Каша пшенная</i>					
5,8	10,3	26,9	223,6	200	Каша Пшенная молочная , Масло сливочное
<i>Какао на молоке</i>					
3,68	3,48	21,62	133,4	200	Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко
<i>Яблоки</i>					
0,56	0,56	13,72	65,8	140	Яблоки свежие
<i>Сыр</i>					
2,32	2,95	0	36,4	10	Сыр с м.д.ж 45%
<i>Хлеб из муки пшеничной</i>					
4,5	1,74	30,84	157,2	60	Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед 1-4 льготное					
<i>Салат Летний</i>					
0,738	3,726	4,17	53,676	60	Картофель отварной кубик 10 мм , Помидоры, Огурцы свежие, Лук репчатый очищенный , Масло растительное, Соль
<i>Суп с фасолью на мясном бульоне</i>					
3,84	2,24	10,24	75,84	200	Суп фасолевый на мясном бульоне
<i>Говядина тушеная с черносливом</i>					
10,88	3,84	6,16	102,72	80	Говядина тушеная с черносливом
<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>					
7,62	9,42	40,83	278,505	150	Греча отварная , Масло сливочное
<i>Напиток клюквенный</i>					
0,06	0,02	20,42	83,16	200	Клюква б/з, Сахар-песок
<i>Хлеб из муки пшеничной</i>					
3	1,16	20,56	104,8	40	Хлеб пшеничный в нарезке
<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>					
2,24	0,44	19,76	92,8	40	Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед 5-11 льготное 1 комплекс					
<i>Салат Летний</i>					
1,23	6,21	6,95	89,46	100	Картофель отварной кубик 10 мм , Помидоры, Огурцы свежие, Лук репчатый очищенный , Масло растительное, Соль
<i>Суп с фасолью на мясном бульоне</i>					
4,8	2,8	12,8	94,8	250	Суп фасолевый на мясном бульоне
<i>Говядина тушеная с черносливом</i>					
13,6	4,8	7,7	126,4	100	Говядина тушеная с черносливом
<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>					
9,144	11,304	48,996	334,206	180	Греча отварная , Масло сливочное
<i>Напиток клюквенный</i>					
0,06	0,02	20,42	83,16	200	Клюква б/з, Сахар-песок
<i>Хлеб из муки пшеничной</i>					
1,5	0,58	10,28	52,4	20	Хлеб пшеничный в нарезке
<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>					
1,12	0,22	9,88	46,4	20	Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Главный технолог _____

Зав. производством _____