



МЕНЮ
За счет бюджета города Москвы
1 октября 2020 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Завтрак 1 с 3-7 ДС
				180	Каша жидкая на молоке (гречневая) Крупа Гречневая, Молоко Кр, Сахар-песок, Соль, 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 Масло сливочное шт
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный Кр

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Завтрак 2 с 3-7 ДС
0,32	0,32	7,84	35,52	80	Плоды и ягоды свежие (Яблоко) Яблоки свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Обед с 3-7 ДС
0,576	9,096	2,04	92,298	60	Салат из помидоров с растительным маслом Помидоры, Лук репчатый очищенный, Масло растительное, Соль
2,26	4,3	12,9	99,32	200	Суп из овощей на мясном бульоне Капуста белокочанная очищенная, Картофель очищенный, Горошек зеленый б/з, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Масло растительное, Соль
				180	Запеканка картофельная с мясом отварным
0,06	0,02	24,1	96,78	200	Кисель из клюквы быстрозамороженной Клюква б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный Кр
1,32	0,22	8,2	40,06	20	Хлеб ржано-пшеничной Хлеб ржано-пшеничный Кр

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Полдник с 3-7 ДС
4,54	4,46	23,9	153,93	100	Запеканка со свежими плодами Крупа Пшено, Молоко Кр, Соль, Сахар-песок, Яйцо куриное диетическое (белое) Кр, Масло сливочное, Хлеб пшеничный Кр, Яблоки свежие, Сметана Кр
2,118	2,73	18,885	87,909	30	Булочка Городская Мука пшеничная Кр, Сахар-песок, Масло сливочное, Молоко Кр, Яйцо куриное диетическое (белое) Кр, Дрожжи пресованные Кр, Соль, Сахар-песок, Ванилин, Яйцо куриное диетическое (белое) Кр, Масло растительное
				160	Кефир Кефир Кр

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Ужин 1 с 3-7 ДС
				200	Рагу из мяса птицы (индейка) Мясо индейки с/м Кр, Соль, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Томат-паста Кр, Лук репчатый очищенный, Мука пшеничная Кр, Масло растительное
0,38	0,38	9,31	42,18	95	Плоды и ягоды свежие (Яблоко) Яблоки свежие
0,12	0,02	22,67	91,34	200	Напиток из цитрусовых Лимон, Мандарин, Сахар-песок
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный Кр

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

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

СОГЛАСОВАНО

Директор
Ф.И.О.

ГБОУ № 1311 "Тхия" Л Ленинский 97 к 1

УТВЕРЖДЕНО

Директор
ООО "Школьник-ЮЗ"
Мисик М.В.**МЕНЮ (Льготное)**
1 октября 2020 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	ЗАВТРАК С 1-4 кл	87,71 р.
0,00	0,00	0,00	0,00	150	Каша жидкая на молоке (гречневая) Крупа Гречневая, Молоко Кр, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное	
0,04	0,00	16,1	65,2	200	Чай с лимоном Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон	
1,5	0,58	10,28	52,4	20	Хлеб из муки пшеничной Хлеб пшеничный Кр	
0,72	0,54	18,54	84,6	180	Груша Груши свежие	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	ОБЕД С 1-4 кл	146,79 р.
0,63	9,09	6,22	109,91	60	Салат витаминный с растительным маслом Капуста белокочанная очищенная, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Яблоки свежие, Сахар-песок, Лимонная кислота, Соль, Масло растительное	
8,18	4,12	1,36	115,62	200	Суп картофельный с рыбой Сайра конс. в с/с, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Масло растительное, Соль	
15,92	14,68	12,85	238,18	100	Биточки рубленые из индейки Мясо индейки с/м Кр, Хлеб пшеничный Кр, Соль, Масло растительное	
4,032	4,116	28,176	167,424	120	Изделия макаронные отварные Макаронные изделия, Соль, Масло растительное	
0,62	0,06	38,24	154,66	200	Кисель фруктовый(ягодный) в ассортименте Сок мультифрукт, Крахмал картофельный, Сахар-песок	
1,5	0,58	10,28	52,4	20	Хлеб из муки пшеничной Хлеб пшеничный Кр	
1,12	0,22	9,88	46,4	20	Хлеб ржано-пшеничный Хлеб ржано-пшеничный Кр	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	ЗАВТРАК С 5-11 кл	94,62 р.
0,00	0,00	0,00	0,00	180	Каша жидкая на молоке (гречневая) Крупа Гречневая, Молоко Кр, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное	
0,04	0,00	16,1	65,2	200	Чай с лимоном Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон	
1,5	0,58	10,28	52,4	20	Хлеб из муки пшеничной Хлеб пшеничный Кр	
0,72	0,54	18,54	84,6	180	Груша Груши свежие	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	ОБЕД С 5-11 кл	174,75 р.
1,05	15,14	10,37	183,19	100	Салат витаминный с растительным маслом Капуста белокочанная очищенная, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Яблоки свежие, Сахар-песок, Лимонная кислота, Соль, Масло растительное	
10,22 5	5,15	14,2	144,525	250	Суп картофельный с рыбой Сайра конс. в с/с, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Масло растительное, Соль	
15,92	14,68	12,85	238,18	100	Биточки рубленые из индейки Мясо индейки с/м Кр, Хлеб пшеничный Кр, Соль, Масло растительное	
5,04	5,145	35,22	209,28	150	Изделия макаронные отварные Макаронные изделия, Соль, Масло растительное	
0,62	0,06	38,24	154,66	200	Кисель фруктовый(ягодный) в ассортименте Сок мультифрукт, Крахмал картофельный, Сахар-песок	
0,00	0,00	0,00	0,00	40	Хлеб из муки пшеничной Хлеб пшеничный Кр	
1,12	0,22	9,88	46,4	20	Хлеб ржано-пшеничный Хлеб ржано-пшеничный Кр	

Главный технолог

Зав. производством