

МЕНЮ
 За счет бюджета города Москвы
 10 ноября 2020 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1 с 3-7 ДС					
15,24	9,83	15,41	370,37	100	Суфле творожное запеченное Творог Кр, Мука пшеничная Кр, Молоко Кр, Яйцо куриное диетическое (белое) Кр, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
0,006	0,002	5,285	21,188	10	Соус клюквенный Клюква б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок
				200	Кофейный напиток злаковый на молоке Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко Кр
0,08	8,25	0,08	74,89	10	Масло коровьесладкосливочное несоленое Масло сливочное шт
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	0,24	8,24	37,6	80	Фрукты и ягоды свежие (Киви) Киви

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед с 3-7 ДС					
0,34	6,17	4,21	73,782	60	Салат из помидоров свежих и яблок Помидоры, Яблоки свежие, Масло растительное, Соль
1,42	2,14	9,84	64,24	200	Борщ с капустой и картофелем Свекла очищенная, Капуста белокочанная очищенная, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Томат-паста Кр, Масло растительное, Сахар-песок, Соль, Лимонная кислота
9,891	8,442	1,113	120,001	70	Гуляш из отварной птицы (из индейки) Мясо индейки с/м Кр, Масло растительное, Мука пшеничная Кр, Томат-паста Кр, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Соль
2,7	4,14	22,044	136,236	120	Картофель отварной, запеченный с растительным маслом Картофель очищенный, Масло растительное, Соль
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
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					
7,39	6,98	43,45	266,18	100	Оладьи Мука пшеничная Кр, Яйцо куриное диетическое (белое) Кр, Сахар-песок, Молоко Кр, Дрожжи пресованные Кр, Соль, Масло растительное
		3,3	13,2	5	Повидло Повидло (джем) в ассортименте Кр
				160	Кефир Кефир Кр

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Ужин 1 с 3-7 ДС					
				50	Фрикадельки мясные паровые собственного производства
				180	Капуста тушеная Капуста белокочанная очищенная, Масло растительное, Томат-паста Кр, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Соль, Сахар-песок
0,12	0,04	16,86	68,36	200	Напиток смородина Смородина черная б/з, Сахар-песок
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный Кр



МЕНЮ (Льготное) 10 ноября 2020 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		
					ЗАВТРАК С 1-4 кл	87,71 р.
5,55	4,65	30,54	186,6	150	Изделия фигурные и хлопья из круп, сладкие с молоком	
					Сухие завтраки из круп сладкие, Молоко Кр	
0,004	0,03	11,55	46,29	20	Соус ягодный	
					Клубника б/з, Сахар-песок	
0,08	8,25	0,08	74,8	10	Масло коровье сладкосливочное несоленое	
					Масло сливочное шт	
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	
					ОБЕД С 1-4 кл	146,79 р.
0,00	0,00	0,00	0,00	60	Салат Мозаика	
					Картофель очищенный, Горошек зеленый консервированный, Морковь очищенная, Яйцо куриное диетическое (белое) Кр, Соль, Масло растительное	
1,92	2,34	14,62	87,7	200	Суп картофельный с фрикадельками	
					Картофель очищенный, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Томат-паста Кр, Масло растительное, Соль, Фрикадельки	
15,50 4	2,424	13,32	136,992	120	Тефтели рыбные	
					Рыба филе Минтая н/к с/м, Хлеб пшеничный Кр, Лук репчатый очищенный, Соль, Масло растительное	
0,498	0,882	2,544	20,619	30	Соус томатный	
					Масло растительное, Мука пшеничная Кр, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Томат-паста Кр, Масло растительное, Сахар-песок, Соль	
26,64	3,072	17,268	107,604	120	Пюре картофельное	
					Картофель очищенный, Масло растительное, Соль	
2	0,2	20,2	92	200	Сок фруктовый	
					Сок мультифрукт	
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	
					ЗАВТРАК С 5-11 кл	94,62 р.
7,4	6,2	40,72	248,8	200	Изделия фигурные и хлопья из круп, сладкие с молоком	
					Сухие завтраки из круп сладкие, Молоко Кр	
0,004	0,03	11,55	46,29	20	Соус ягодный	
					Клубника б/з, Сахар-песок	
0,04	0,00	16,1	65,2	200	Чай с лимоном	
					Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон	
0,08	8,25	0,08	74,8	10	Масло коровье сладкосливочное несоленое	
					Масло сливочное шт	
1,5	0,58	10,28	52,4	20	Хлеб из муки пшеничной	
					Хлеб пшеничный Кр	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	ОБЕД С 5-11 кл	174,75 р.
2,87	7,37	10,15	118,9	100	Салат Мозаика Картофель очищенный, Горошек зеленый консервированный, Морковь очищенная, Яйцо куриное диетическое (белое) Кр, Соль, Масло растительное	
2,4	2,925	18,275	109,625	250	Суп картофельный с фрикадельками Картофель очищенный, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Томат-паста Кр, Масло растительное, Соль, Фрикадельки	
15,50 4	2,424	13,32	136,992	120	Тефтели рыбные Рыба филе Минтая н/к с/м, Хлеб пшеничный Кр, Лук репчатый очищенный, Соль, Масло растительное	
0,498	0,882	2,544	20,619	30	Соус томатный Масло растительное, Мука пшеничная Кр, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Томат-паста Кр, Масло растительное, Сахар-песок, Соль	
33,3	3,84	21,585	134,505	150	Пюре картофельное Картофель очищенный, Масло растительное, Соль	
2	0,2	20,2	92	200	Сок фруктовый Сок мультифрукт	
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	

