



**МЕНЮ**  
 За счет бюджета города Москвы  
 18 ноября 2020 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					<b>Завтрак 1 с 3-7 ДС</b>
				180	<b>Каша жидкая на молоке (манная)</b> Крупа Манная, Молоко Кр, Сахар-песок, Масло сливочное, Соль
0,04		10,11	40,62	200	<b>Чай с лимоном</b> Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон
0,08	8,25	0,08	74,89	10	<b>Масло коровьесладкосливочное несоленое</b> Масло сливочное шт
1,6	0,6	10	51,8	20	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b> Хлеб пшеничный Кр

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					<b>Завтрак 2 с 3-7 ДС</b>
0,32	0,24	8,24	36,4	80	<b>Фрукты и ягоды свежие (Груша)</b> Груши свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					<b>Обед с 3-7 ДС</b>
7,368	6	1,326	88,782	60	<b>Сельдь с луком</b> Сельдь тушка Кр, Лук репчатый очищенный, Масло растительное
5,529	4,237	14,231	117,249	190	<b>Суп картофельный с бобовыми (горох)</b> Картофель очищенный, Горох колотый, Морковь очищенная, Масло растительное, Соль
1,14	0,43	7,15	37,037	10	<b>Сухарики из хлеба пшеничного</b> Хлеб пшеничный Кр
11,648	10,745	9,408	180,915	70	<b>Биточки рубленые из индейки</b> Мясо индейки с/м Кр, Хлеб пшеничный Кр, Соль, Масло растительное
5,04	4,92	22,812	155,64	120	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> Крупа Гречневая, Соль, Масло растительное
0,06	0,06	21,36	86,14	200	<b>Напиток яблочный</b> Яблоки свежие, Сахар-песок, Лимонная кислота
1,6	0,6	10	51,8	20	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b> Хлеб пшеничный Кр
1,32	0,22	8,2	40,06	20	<b>Хлеб ржано-пшеничной</b> Хлеб ржано-пшеничный Кр

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					<b>Полдник с 3-7 ДС</b>
15,24	9,83	15,41	370,37	100	<b>Суфле творожное запеченное</b> Творог Кр, Мука пшеничная Кр, Молоко Кр, Яйцо куриное диетическое (белое) Кр, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
2,12	2,73	18,89	108,57	30	<b>Булочка домашняя</b> Мука пшеничная Кр, Сахар-песок, Дрожжи пресованные Кр, Соль, Масло сливочное
				160	<b>Кефир</b> Кефир Кр

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					<b>Ужин 1 с 3-7 ДС</b>
11,15	10,81	3,965	157,73	50	<b>Шницель рубленный из индейки</b> Мясо индейки с/м Кр, Яйцо куриное диетическое (белое) Кр, Соль, Хлеб пшеничный Кр, Масло растительное
3,114	6,93	16,776	141,966	180	<b>Свекла тушеная</b> Свекла очищенная, Масло растительное, Соль
0,12	0,04	16,86	68,36	200	<b>Напиток смородина</b> Смородина черная б/з, Сахар-песок
1,6	0,6	10	51,8	20	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b> Хлеб пшеничный Кр

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					<b>Вода питьевая детская (на весь день) 3-7</b>
				200	<b>Вода питьевая детская</b> 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)  
18 ноября 2020 г.**

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	<b>ЗАВТРАК С 1-4 кл</b>	<b>87,71 р.</b>
5,955	6,93	25,29	187,635	150	<b>Каша овсяная молочная</b> Крупа Геркулес, Молоко Кр, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное	
0,00	0,00	15,98	63,84	200	<b>Чай с сахаром</b> Чай черный весовой, Сахар-песок	
0,00	0,00	0,00	0,00	40	<b>Хлеб из муки пшеничной</b> Хлеб пшеничный Кр	
0,00	0,00	0,00	0,00	80	<b>Булочка сдобная "Выборгская" 80 Кр</b>	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	<b>ОБЕД С 1-4 кл</b>	<b>146,79 р.</b>
2,424	3,456	8,334	74,256	60	<b>Сельдь с гарниром</b> Сельдь тушка Кр, Картофель очищенный, Яйцо куриное диетическое (белое) Кр, Масло растительное	
1,92	2,34	14,62	87,7	200	<b>Суп картофельный с фрикадельками</b> Картофель очищенный, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Томат-паста Кр, Масло растительное, Соль, Фрикадельки	
15,50 4	2,424	13,32	136,992	120	<b>Тефтели рыбные</b> Рыба филе Минтая н/к с/м, Хлеб пшеничный Кр, Лук репчатый очищенный, Соль, Масло растительное	
2,94	3,996	32,76	172,224	120	<b>Рис отварной</b> Крупа Рисовая, Масло растительное, Соль	
0,498	0,882	2,544	20,619	30	<b>Соус томатный</b> Масло растительное, Мука пшеничная Кр, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Томат-паста Кр, Масло растительное, Сахар-песок, Соль	
0,00	0,04	16,82	67,44	200	<b>Напиток клубничный</b> Клубника б/з, Сахар-песок	
1,5	0,58	10,28	52,4	20	<b>Хлеб из муки пшеничной</b> Хлеб пшеничный Кр	
1,12	0,22	9,88	46,4	20	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> Хлеб ржано-пшеничный Кр	
0,72	0,54	18,54	84,6	180	<b>Груша</b> Груши свежие	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	<b>ЗАВТРАК С 5-11 кл</b>	<b>94,62 р.</b>
0,00	0,00	0,00	0,00	180	<b>Каша овсяная молочная</b> Крупа Геркулес, Молоко Кр, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное	
0,00	0,00	15,98	63,84	200	<b>Чай с сахаром</b> Чай черный весовой, Сахар-песок	
0,00	0,00	0,00	0,00	40	<b>Хлеб из муки пшеничной</b> Хлеб пшеничный Кр	
0,00	0,00	0,00	0,00	80	<b>Булочка сдобная "Выборгская" 80 Кр</b>	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	ОБЕД С 5-11 кл	174,75 р.
4,04	5,76	13,89	123,76	100	<b>Сельдь с гарниром</b> Сельдь тушка Кр, Картофель очищенный, Яйцо куриное диетическое (белое) Кр, Масло растительное	
2,4	2,925	18,275	109,625	250	<b>Суп картофельный с фрикадельками</b> Картофель очищенный, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Томат-паста Кр, Масло растительное, Соль, Фрикадельки	
15,50 4	2,424	13,32	136,992	120	<b>Тефтели рыбные</b> Рыба филе Минтая н/к с/м, Хлеб пшеничный Кр, Лук репчатый очищенный, Соль, Масло растительное	
3,675	4,995	40,95	215,28	150	<b>Рис отварной</b> Крупа Рисовая, Масло растительное, Соль	
0,498	0,882	2,544	20,619	30	<b>Соус томатный</b> Масло растительное, Мука пшеничная Кр, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Томат-паста Кр, Масло растительное, Сахар-песок, Соль	
0,00	0,04	16,82	67,44	200	<b>Напиток клубничный</b> Клубника б/з, Сахар-песок	
0,00	0,00	0,00	0,00	40	<b>Хлеб из муки пшеничной</b> Хлеб пшеничный Кр	
1,12	0,22	9,88	46,4	20	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> Хлеб ржано-пшеничный Кр	



Главный технолог \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_