



МЕНЮ
 За счет бюджета города Москвы
 23 ноября 2020 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1 с 3-7 ДС					
10,44	11,24	1,95	150,68	100	Омлет натуральный, запеченный Яйцо куриное диетическое (белое) Кр, Молоко Кр, Соль, Масло сливочное
				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
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					
0,73	4,25	3,89	56,772	60	Салат из моркови с растительным маслом Морковь очищенная, Масло растительное
				200	Суп с клецками на мясном бульоне Картофель очищенный, Морковь очищенная, Соль, Мука пшеничная Кр, Яйцо куриное диетическое (белое) Кр
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
5,04	4,92	22,812	155,64	120	Каша гречневая рассыпчатая Крупа Гречневая, Соль, Масло растительное
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
1,32	0,22	8,2	40,06	20	Хлеб ржано-пшеничный Хлеб ржано-пшеничный Кр

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Полдник с 3-7 ДС					
5,23	4,98	31,48	191,65	100	Лепешки картофельные Картофель очищенный, Яйцо куриное диетическое (белое) Кр, Мука пшеничная Кр, Сметана Кр, Соль, Масло растительное
				5	Соус томатный Масло растительное, Мука пшеничная Кр, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Томат-паста Кр, Масло растительное, Сахар-песок, Соль
4,8	5,12	7,52	95,36	160	Молоко ультрапастеризованное Молоко Кр

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Ужин 1 с 3-7 ДС					
11,15	10,81	3,965	157,73	50	Шницель рубленый из индейки Мясо индейки с/м Кр, Яйцо куриное диетическое (белое) Кр, Соль, Хлеб пшеничный Кр, Масло растительное
4,176		37,188	165,492	180	Овощи запеченные Картофель очищенный, Лук репчатый очищенный, 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 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"



МЕНЮ (Льготное) 23 ноября 2020 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	ЗАВТРАК С 1-4 кл	87,71 р.
5,955	6,93	25,29	187,635	150	Каша овсяная молочная Крупа Геркулес, Молоко Кр, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное	
3,79	3,4	25,47	150,8	200	Кофейный напиток злаковый на молоке Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко Кр	
1,5	0,58	10,28	52,4	20	Хлеб из муки пшеничной Хлеб пшеничный Кр	
0,08	8,25	0,08	74,8	10	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сливочное шт	
0,08	8,25	0,08	74,8	10	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сливочное шт	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	ОБЕД С 1-4 кл	146,79 р.
0,816	4,854	4,59	65,352	60	Салат из свеклы с солеными огурцами Свекла очищенная, Лимонная кислота, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Масло растительное	
1,38	2,14	6,46	51,24	200	Щи из свежей капусты Капуста белокочанная очищенная, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Томат-паста Кр, Лук репчатый очищенный, Масло растительное, Соль	
9,632	8,184	1,664	110,584	80	Гуляш из мяса птицы (индейка) Мясо индейки с/м Кр, Масло растительное, Мука пшеничная Кр, Томат-паста Кр, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Соль	
4,032	4,116	28,176	167,424	120	Изделия макаронные отварные Макаронные изделия, Соль, Масло растительное	
0,06	0,06	21,35	86,38	200	Напиток яблочный Яблоки свежие, Сахар-песок, Лимонная кислота	
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	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	ЗАВТРАК С 5-11 кл	94,62 р.
0,00	0,00	0,00	0,00	180	Каша овсяная молочная Крупа Геркулес, Молоко Кр, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное	
3,79	3,4	25,47	150,8	200	Кофейный напиток злаковый на молоке Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко Кр	
1,5	0,58	10,28	52,4	20	Хлеб из муки пшеничной Хлеб пшеничный Кр	
0,08	8,25	0,08	74,8	10	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сливочное шт	
0,08	8,25	0,08	74,8	10	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сливочное шт	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	ОБЕД С 5-11 кл	174,75 р.
1,36	8,09	7,65	108,92	100	Салат из свеклы с солеными огурцами Свекла очищенная, Лимонная кислота, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Масло растительное	
1,725	2,675	8,075	64,05	250	Щи из свежей капусты Капуста белокочанная очищенная, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Томат-паста Кр, Лук репчатый очищенный, Масло растительное, Соль	
12,04	10,23	2,08	138,23	100	Гуляш из мяса птицы (индейка) Мясо индейки с/м Кр, Масло растительное, Мука пшеничная Кр, Томат-паста Кр, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Соль	
5,04	5,145	35,22	209,28	150	Изделия макаронные отварные Макаронные изделия, Соль, Масло растительное	
0,06	0,06	21,35	86,38	200	Напиток яблочный Яблоки свежие, Сахар-песок, Лимонная кислота	
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	