



МЕНЮ
За счет бюджета города Москвы
24 сентября 2020 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Завтрак 1 с 3-7 ДС
17,94	11,41	20,12	254,88	100	Запеканка из творога Творог Кр, Крупа Манная, Сахар-песок, Яйцо куриное диетическое (белое) Кр, Масло сливочное, Соль, Хлеб пшеничный Кр, Сметана Кр
0,006	0,002	5,285	21,188	10	Соус клюквенный Клюква б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок
				200	Какао на молоке Какао-порошок, 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	36,4	80	Плоды и ягоды свежие (Груша) Груши свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Обед с 3-7 ДС
0,42	7,25	1,32	72,18	60	Салат из свежих огурцов с растительным маслом Огурцы свежие, Масло растительное, Соль
3,58	6,2	9,14	106,74	200	Суп из овощей на курином бульоне Капуста белокочанная очищенная, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Масло растительное, Соль
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
4,392	4,116	28,176	167,316	120	Изделия макаронные отварные Макаронные изделия, Соль, Масло растительное
0,1	0,02	17,26	69,62	200	Напиток вишневый Вишня 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-пшеничной Хлеб ржано-пшеничный Кр

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Полдник с 3-7 ДС
3,42	3,14	8,21	74,81	100	Запеканка овощная Горошек зеленый консервированный, Картофель очищенный, Капуста белокочанная очищенная, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Яйцо куриное диетическое (белое) Кр, Крупа Манная, Хлеб пшеничный Кр, Масло растительное, Сметана Кр, Соль
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
4,205	4,17	5,705	77,195	50	Тефтели мясные с соусом собственного производства Говядина котлетная или шейная часть или грудинка с/м Кр, Хлеб пшеничный Кр, Лук репчатый очищенный, Соль, Масло растительное, Мука пшеничная Кр, Томат-паста Кр, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Сахар-песок, Соль
4,41	6,03	49,14	268,416	180	Рис отварной Крупа Рисовая, Масло растительное, Соль
0,27	0,06	24,41	99,26	200	Компот из плодов свежих (апельсин) Апельсин, Сахар-песок
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный Кр

СОГЛАСОВАНО

Директор
Ф.И.О.

ГБОУ № 1311 "Тхия" Л Ленинский 97 к 1

УТВЕРЖДЕНО

Директор
ООО "Школьник-ЮЗ"
Мисик М.В.

МЕНЮ (Льготное)

24 сентября 2020 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	ЗАВТРАК С 1-4 кл	87,71 р.
15,66	16,86	2,925	226,065	150	Омлет натуральный, запеченный Яйцо куриное диетическое (белое) Кр, Молоко Кр, Соль, Масло сливочное	
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 1-4 кл	146,79 р.
1,554	4,332	5,238	62,844	60	Салат из отварной свеклы с чесноком Свекла очищенная, Лимонная кислота, Масло растительное, Соль, Чеснок свежий очищенный п/ф	
4,44	3,405	7,095	70,2	150	Суп из индейки Мясо индейки с/м Кр, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный , Масло растительное, Соль, Макароны изделия (Вермишель) Кр	
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	
0,06	0,06	21,35	86,38	200	Напиток яблочный Яблоки свежие, Сахар-песок, Лимонная кислота	
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	Омлет натуральный, запеченный Яйцо куриное диетическое (белое) Кр, Молоко Кр, Соль, Масло сливочное	
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.
2,59	7,22	8,73	104,74	100	Салат из отварной свеклы с чесноком Свекла очищенная, Лимонная кислота, Масло растительное, Соль, Чеснок свежий очищенный п/ф	
7,4	5,675	11,825	117	250	Суп из индейки Мясо индейки с/м Кр, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный , Масло растительное, Соль, Макароны изделия (Вермишель) Кр	
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	
0,06	0,06	21,35	86,38	200	Напиток яблочный Яблоки свежие, Сахар-песок, Лимонная кислота	
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	

Главный технолог

Зав. производством