



МЕНЮ
 За счет бюджета города Москвы
 28 октября 2020 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Завтрак 1 с 3-7 ДС
				180	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных) Крупа Геркулес, Молоко Кр, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное
				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
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
0,64	0,16	6	28	80	Плоды и ягоды свежие (Мандарины) Мандарин

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Обед с 3-7 ДС
0,98	6,05	5,78	81,498	60	Салат из капусты с растительным маслом Капуста белокочанная очищенная, Лимонная кислота, Сахар-песок, 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
11,64 8	10,745	9,408	180,915	70	Биточки рубленые из индейки Мясо индейки с/м Кр, Хлеб пшеничный Кр, Соль, Масло растительное
				120	Рагу из овощей Картофель очищенный, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Масло растительное, Масло растительное, Томат-паста Кр, Морковь очищенная, Мука пшеничная Кр, Сахар-песок, Чеснок свежий очищенный п/ф, Соль
0,75	0,15	15,15	64,95	150	Сок фруктовый Сок яблочный-абрикос
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
14,41	8,19	36,93	279,04	100	Сырники по-киевски Творог Кр, Мука пшеничная Кр, Яйцо куриное диетическое (белое) Кр, Сахар-песок, Соль, Ванилин, Повидло (джем) в ассортименте Кр, Хлеб пшеничный Кр, Масло сливочное
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
6,845	0,985	4,215	53,095	50	Кнели рыбные отварные собственного производства Рыба филе Минтая н/к с/м, Мука пшеничная Кр, Соль, Яйцо куриное диетическое (белое) Кр
4,41	6,03	49,14	268,416	180	Рис отварной Крупа Рисовая, Масло растительное, Соль
0,1	0,04	24,46	98,6	200	Кисель из смородины Смородина черная б/з, Крахмал картофельный, 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) 28 октября 2020 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	ЗАВТРАК С 1-4 кл	87,71 р.
5,46	5,97	25,62	178,515	150	Каша манная молочная	
					Крупа Манная, Молоко Кр, Сахар-песок, Масло сливочное, Соль	
0,00	0,00	15,98	63,84	200	Чай с сахаром	
					Чай черный весовой, Сахар-песок	
1,5	0,58	10,28	52,4	20	Хлеб из муки пшеничной	
					Хлеб пшеничный Кр	
0,00	0,00	0,00	0,00	80	Пирожное с повидлом 80 Кр	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	ОБЕД С 1-4 кл	146,79 р.
1,02	4,39	7,88	75,42	60	Салат картофельный с растительным маслом	
					Картофель очищенный, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Лук репчатый очищенный, Масло растительное, Соль	
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	
0,00	0,00	0,00	0,00	80	Тефтели с рисом	
					Говядина котлетная или шейная часть или грудинка с/м Кр, Крупа Рисовая, Соль	
5,04	4,92	22,812	155,436	120	Каша гречневая рассыпчатая	
					Крупа Гречневая, Соль, Масло растительное	
2	0,2	20,2	92	200	Сок фруктовый (нектар)	
					Нектар 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	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	ЗАВТРАК С 5-11 кл	94,62 р.
0,00	0,00	0,00	0,00	180	Каша манная молочная	
					Крупа Манная, Молоко Кр, Сахар-песок, Масло сливочное, Соль	
0,00	0,00	15,98	63,84	200	Чай с сахаром	
					Чай черный весовой, Сахар-песок	
1,5	0,58	10,28	52,4	20	Хлеб из муки пшеничной	
					Хлеб пшеничный Кр	
0,00	0,00	0,00	0,00	80	Пирожное с повидлом 80 Кр	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	ОБЕД С 5-11 кл	174,75 р.
1,71	7,32	13,14	125,7	100	Салат картофельный с растительным маслом	
					Картофель очищенный, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Лук репчатый очищенный, Масло растительное, Соль	
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	
14,65 2	11,7	14,04	216,9	120	Тефтели с рисом	
					Говядина котлетная или шейная часть или грудинка с/м Кр, Крупа Рисовая, Соль	
6,3	6,15	28,515	194,295	150	Каша гречневая рассыпчатая	
					Крупа Гречневая, Соль, Масло растительное	
2	0,2	20,2	92	200	Сок фруктовый (нектар)	
					Нектар 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	

Главный технолог _____

Зав. производством _____