



МЕНЮ
За счет бюджета города Москвы
30 сентября 2020 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
				180	Завтрак 1 с 3-7 ДС 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	
0,32	0,32	7,84	35,52	80	Завтрак 2 с 3-7 ДС Плоды и ягоды свежие (Яблоко) Яблоки свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
0,98	6,05	5,78	81,498	60	Обед с 3-7 ДС 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	
14,41	8,19	36,93	279,04	100	Полдник с 3-7 ДС 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
				160	Кефир Кефир Кр

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
6,845	0,985	4,215	53,095	50	Ужин 1 с 3-7 ДС 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	
				200	Вода питьевая детская (на весь день) 3-7 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)

30 сентября 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