

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ СОШ №1784 (2115) льготное ул.Расковой д.1А
Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО

Директор
ООО "Комбинат питания "КОНКОРД"
Тихонов Д.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы
5 июня 2017 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1 (3 - 7 л.)					
Каша пшенная молочная					
7,099	6,57	36,23	232,092	180	Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль
Чай с лимоном					
0,04		10,11	40,62	200	Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон
Масло коровьесладкосливочное несоленое					
0,08	8,25	0,08	74,89	10	Масло сливочное шт
Хлеб из муки пшеничной первого сорта					
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 2 (3 - 7 л.)					
Плоды и ягоды свежие (Груша)					
0,32	0,24	8,24	36,4	80	Груши свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед (3 - 7 л.)					
Икра из уваренных кабачков					
0,72	2,82	4,62	53,454	60	Икра кабачковая ДП
Уха ростовская					
5,56	4,45	11,36	107,7	200	Рыба филе Трески б/к с/м, Картофель свежий, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Помидоры
Рагу из мяса птицы					
15,21	14	20,61	269,208	180	Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Соль, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Томат-паста, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Мука пшеничная, Масло растительное
Компот из плодов сухих					
0,28	0,06	27,88	113,14	200	Изюм, Чернослив, Сахар-песок, Лимонная кислота
Хлеб из муки пшеничной первого сорта					
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб пшеничный в нарезке
Хлеб ржано-пшеничной					
1,32	0,22	8,2	40,06	20	Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Полдник (3 - 7 л.)					
Макаронны, запеченные с яйцом					
5,35	4,32	19,34	137,67	100	Макаронные изделия, Масло сливочное, Яйцо диетическое, Молоко, Соль
Печенье					
				20	
Кефир					
4,64	5,12	6,4	90,88	160	Кефир 3,2%

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Ужин 1 (3 - 7 л.)					
Фрикадельки мясные паровые собственного производства					
7,98	6,38	6,25	114,275	50	Говядина котлетная часть с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль
Картофель отварной					
3,78	3,726	30,546	170,73	180	Картофель свежий, Масло сливочное, Соль
Напиток яблочный					
0,06	0,06	21,36	86,14	200	Яблоки свежие, Сахар-песок, Лимонная кислота
Хлеб из муки пшеничной первого сорта					
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Вода питьевая детская (на весь день) (3 - 7 л.)					
Вода питьевая детская					
				200	Вода питьевая детская

Примечание: По желанию родителей на полдник может выдаваться "Чай с сахаром"