

СОГЛАСОВАНО

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

Ф.И.О.

Кондратьева С.А.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

ООО "Комбинат питания "КОНКОРД"

Тихонов Д.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

13 января 2017 г.

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|-----------------------------|-------|----------|--------|----------|--|
| Завтрак 1 (3 - 7 л.) | | | | | |
| 17,96 | 11,43 | 20,14 | 255,22 | 100 | Запеканка из творога Творог 9%, Крупа Манная, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Соль, Сухари панировочные, Сметана |
| 0,72 | 0,85 | 5,55 | 32,8 | 10 | Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности Молоко сгущенное |
| 3,9 | 3,84 | 17,66 | 120,49 | 200 | Кофейный напиток из цикория с молоком Молоко, Напиток кофейный цикорий растворимый, Сахар-песок |
| 0,08 | 8,25 | 0,08 | 74,8 | 10 | Масло коровьесладкосливочное несоленое Масло сливочное шт |
| 2,32 | 2,95 | | 36,4 | 10 | Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45% Сыр с м.д.ж 45% |
| 1,6 | 0,6 | 10 | 52 | 20 | Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|-----------------------------|------|----------|--------|----------|--|
| Завтрак 2 (3 - 7 л.) | | | | | |
| | | | | 200 | Вода питьевая детская Вода питьевая детская |
| 0,32 | 0,32 | 7,84 | 37,6 | 80 | Фрукты и ягоды свежие (Яблоко) Яблоки свежие |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|------------------------|------|----------|--------|----------|---|
| Обед (3 - 7 л.) | | | | | |
| 1,05 | 4,4 | 8,03 | 76,04 | 60 | Салат из отварного картофеля свежего огурца и зеленого салата Картофель свежий, Огурцы свежие, Капуста Пекинская (Салат Китайский), Масло растительное, Соль |
| 2,06 | 3,22 | 13,82 | 92,5 | 200 | Рассольник ленинградский Картофель свежий, Крупа Перловая, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Масло растительное, Соль, Сметана |
| 10,45 | 7,42 | 2,92 | 128,68 | 70 | Печень по-строгановски Печень говяжья с/м, Томат-паста, Сметана, Соль, Масло сливочное, Мука пшеничная, Соль |
| 4,42 | 3,49 | 28,2 | 161,99 | 120 | Изделия макаронные отварные Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное |
| 0,52 | 0,04 | 21,08 | 87,04 | 200 | Напиток абрикосовый Курага, Лимонная кислота, Сахар-песок |
| 1,6 | 0,6 | 10 | 52 | 20 | Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке |
| 1,32 | 0,22 | 8,2 | 40 | 20 | Хлеб ржано-пшеничной Хлеб ржано-пшеничный в нарезке |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|---------------------------|------|----------|--------|----------|--|
| Полдник (3 - 7 л.) | | | | | |
| 7,39 | 6,98 | 43,45 | 265,99 | 100 | Оладьи Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное |
| | | 3,3 | 12,6 | 5 | Повидло Повидло (джем) в ассортименте |
| 4,48 | 4,8 | 16,64 | 128 | 160 | Биоогурт фруктовый питьевой Биоогурт фруктовый питьевой |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | Ужин 1 (3 - 7 л.) |
|-------|-------|----------|--------|----------|---|
| 7,07 | 5,945 | 0,8 | 79,09 | 50 | Гуляш из отварной птицы Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Масло сливочное, Мука пшеничная, Томат-паста, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль |
| | | | | 180 | Картофель отварной Картофель свежий, Масло сливочное, Соль |
| 0,06 | 0,06 | 21,35 | 86,38 | 200 | Компот из плодов свежих Яблоки свежие, Апельсин, Сахар-песок, Лимонная кислота |
| 1,6 | 0,6 | 10 | 52 | 20 | Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке |

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

Главный технолог



