

СОГЛАСОВАНО

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

УТВЕРЖДЕНО

Директор

ООО "Комбинат питания "КОНКОРД"
Юдина О.В.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы
23 августа 2017 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1 (3 - 7 л.)					
Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)					
5,501	8,359	25,78	200,412	180	Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное
Какао на молоке					
3,67	3,48	14,63	104,52	200	Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко
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
Завтрак 2 (3 - 7 л.)					
Плоды и ягоды свежие (Груша)					
0,32	0,24	8,24	36,4	80	Груши свежие
Обед (3 - 7 л.)					
Салат из капусты с растительным маслом					
0,98	6,05	5,78	81,498	60	Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Лимонная кислота, Сахар-песок, Масло растительное, Соль
Борщ с капустой и картофелем					
1,64	3,04	10,12	74,32	200	Свекла свежая очищенная п/ф, Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Томат-паста, Масло растительное, Сахар-песок, Соль, Сметана, Лимонная кислота
Биточки рубленые куриные					
11,65	10,74	9,41	180,915	70	Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Соль, Масло растительное
Рагу из овощей					
2,08	6,18	14,03	120,084	120	Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Масло растительное, Томат-паста, Морковь свежая очищенная п/ф, Мука пшеничная, Сахар-песок, Чеснок свежий очищенный п/ф, Соль
Сок фруктовый					
0,75	0,15	15,15	64,95	150	Сок в ассортименте
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
Полдник (3 - 7 л.)					
Сырники по-киевски					
14,49	8,26	37	280,32	100	Творог 9%, Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Соль, Ванилин, Повидло (джем) в ассортименте, Сухари панировочные, Масло сливочное
Кефир					
4,64	5,12	6,4	90,88	160	Кефир 3,2%
Ужин 1 (3 - 7 л.)					
Кнели рыбные отварные собственного производства					
6,84	0,99	4,21	53,095	50	Рыба филе Трески б/к с/м, Молоко, Мука пшеничная, Соль, Яйцо диетическое
Рис отварной					
4,45	5,09	49,18	260,316	180	Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль
Кисель из смородины					
0,1	0,04	24,46	98,6	200	Смородина черная б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок
Хлеб из муки пшеничной первого сорта					
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб пшеничный в нарезке