

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

1 февраля 2017 г.

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|-------|------|----------|---------|----------|---|
| | | | | | Завтрак 1 (3 - 7 л.) |
| 6,559 | 7,16 | 30,749 | 213,678 | 180 | Каша жидкая на молоке (манная) Крупа Манная, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное, Соль |
| 0,04 | | 10,11 | 40,62 | 200 | Чай с лимоном Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон |
| 1,6 | 0,6 | 10 | 51,8 | 20 | Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке |
| 0,08 | 8,25 | 0,08 | 74,89 | 10 | Масло коровьесладкосливочное несоленое Масло сливочное шт |

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

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|-------|-------|----------|---------|----------|--|
| | | | | | Обед (3 - 7 л.) |
| 7,37 | 6 | 1,33 | 88,782 | 60 | Сельдь с луком Сельдь сл/с, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное |
| 3,68 | 3,981 | 11,55 | 96,748 | 190 | Рассольник домашний на мясном бульоне Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Масло сливочное, Соль, Сметана |
| 2,88 | 2,48 | | 33,852 | 10 | Говядина отварная Говядина тазобедренная часть п/ф, Соль |
| 10,45 | 7,42 | 2,92 | 118,587 | 70 | Печень по-строгановски Печень говяжья с/м, Томат-паста, Сметана, Соль, Масло сливочное, Мука пшеничная, Соль |
| 5,06 | 4,29 | 22,85 | 150,24 | 120 | Каша гречневая рассыпчатая Крупа Гречневая, Соль, Масло сливочное |
| 0,28 | 0,06 | 27,88 | 113,14 | 200 | Компот из плодов сухих Изюм, Чернослив, Сахар-песок, Лимонная кислота |
| 1,6 | 0,6 | 10 | 51,8 | 20 | Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке |
| 1,32 | 0,22 | 8,2 | 40,06 | 20 | Хлеб ржано-пшеничной Хлеб ржано-пшеничный в нарезке |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|-------|-------|----------|--------|----------|---|
| | | | | | Полдник (3 - 7 л.) |
| 16,82 | 10,29 | 16,77 | 226,93 | 100 | Пудинг из творога запеченный Творог 9%, Крупа Манная, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Соль, Масло сливочное, Ванилин, Сухари панировочные, Сметана |
| | | | | 20 | Печенье |
| 6,24 | 4 | 6,72 | 87,84 | 160 | Ряженка Ряженка |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|-------|-------|----------|---------|----------|--|
| | | | | | Ужин 1 (3 - 7 л.) |
| 11,21 | 10,86 | 4,01 | 158,64 | 50 | Шницель рубленый куриный Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Молоко, Яйцо диетическое, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное |
| 3,17 | 5,99 | 16,819 | 133,866 | 180 | Свекла тушеная Свекла свежая очищенная п/ф, Масло сливочное, Сметана, Соль |
| 0,12 | 0,04 | 16,86 | 68,36 | 200 | Напиток смородина Смородина черная б/з, Сахар-песок |
| 1,6 | 0,6 | 10 | 51,8 | 20 | Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке |

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