

СОГЛАСОВАНО

Директор школы № 1363
Ф.И.О.

ivo ofa Muroke H.B

УТВЕРЖДЕНО

Остюк Ю.А.

**МЕНЮ**

За счет бюджета города Москвы
21 сентября 2017 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1 3-7					
Каша жидкая на молоке (гречневая)					
6,421	8,51	22,829	193,608	180	Крупа Гречневая, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
Чай с сахаром					
		9,99	39,96	200	Чай черный весовой, Сахар-песок
Масло коровьесладкосливочное несоленое					
0,08	8,25	0,08	74,89	10	
Хлеб из муки пшеничной первого сорта					
1,6	0,6	10	51,8	20	
Завтрак 2 3-7					
Фрукты и ягоды свежие (Апельсин)					
0,9	0,2	8,1	37,8	100	
Обед 3-7					
Салат из помидоров с растительным маслом					
0,576	9,096	2,04	92,298	60	Помидоры, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль
Суп из овощей на мясном бульоне					
2,62	5,8	13,36	116,14	200	Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Горошек зеленый б/з, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Сметана, Масло растительное, Соль
Запеканка картофельная с мясом отварным					
17,6	16,951	31,84	350,334	180	Говядина котлетная часть с/м, Картофель свежий, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло сливочное, Сухари панировочные, Соль
Кисель из клюквы быстрозамороженной					
0,06	0,02	24,1	96,78	200	Клюква б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок
Хлеб из муки пшеничной первого сорта					
1,6	0,6	10	51,8	20	
Хлеб ржано-пшеничной					
1,32	0,22	8,2	40,06	20	
Полдник 3-7					
Запеканка со свежими фруктами					
4,56	4,49	23,92	154,3	100	Крупа Пшено, Молоко, Соль, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Сухари панировочные, Яблоки свежие, Сметана
Булочка Городская					
2,118	2,73	18,885	87,909	30	Мука пшеничная, Сахар-песок, Масло сливочное, Молоко, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Соль, Сахар-песок, Ванилин, Яйцо диетическое, Масло растительное
Ряженка					
6,24	4	6,72	87,84	160	
Ужин 1 3-7					
Капуста, тушенная с мясом					
5,86	8,42	13,84	154,52	200	Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Томат-паста, Соль, Сахар-песок, Говядина тазобедренная часть п/ф
Печень					
1,46	3,58	18,42	87,4	20	
Масло коровье сладкосливочное несоленое					
0,08	8,25	0,08	74,89	10	
Напиток из фруктов сухих (изюм)					
0,28	0,06	21,88	89,18	200	Сахар-песок, Лимонная кислота, Изюм
Хлеб из муки пшеничной первого сорта					
1,6	0,6	10	51,8	20	

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

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