

СОГЛАСОВАНО
 Директор школы № 1363
 Ф.И.О.



Handwritten signature in blue ink.

УТВЕРЖДЕНО

Остюк Ю.А.



МЕНЮ
 За счет бюджета города Москвы
 23 октября 2017 г.

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

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

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|-----------------|-------|----------|---------|----------|---|
| Обед 3-7 | | | | | |
| 0,75 | 3,288 | 5,22 | 53,454 | 60 | Икра из уваренных кабачков Кабачки б/з, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Томат-паста, Соль |
| 5,56 | 4,45 | 11,36 | 107,7 | 200 | Уха ростовская Рыба филе Трески б/к с/м, Картофель свежий, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Помидоры |
| 15,21 | 14 | 20,61 | 269,208 | 180 | Рагу из мяса птицы 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 |
| 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 |
| 1,32 | 0,22 | 8,2 | 40,06 | 20 | Хлеб ржано-пшеничной |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|--------------------|------|----------|--------|----------|--|
| Полдник 3-7 | | | | | |
| 5,35 | 4,32 | 19,34 | 137,67 | 100 | Макаронные изделия, запеченные с яйцом Макаронные изделия, Масло сливочное, Яйцо диетическое, Молоко, Соль |
| 1,46 | 3,58 | 18,42 | 87,4 | 20 | Печенье |
| 4,64 | 5,12 | 6,4 | 90,88 | 160 | Кефир |

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

| 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"