

СОГЛАСОВАНО

ГБОУ Школа №1416

Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО

Исполнительный директор

ООО "РусСоцКапитал"

Савельева И.Б.



## МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

3 декабря 2019 г.

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | завтрак 1-4   | 80,55 р. |
|-------|------|----------|--------|----------|---|----------|
| 15,02 | 8,04 | 10,75    | 175,37 | 150      | <b>Омлет натуральный запеченный</b><br>Омлет, Масло сливочное                       |          |
| 3,79  | 3,4  | 25,47    | 150,8  | 200      | <b>Кофейный напиток злаковый на молоке</b><br>Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко |          |
| 4,52  | 4,18 |          | 55,7   | 20       | <b>Изделие деликатесное из мяса (ветчина)</b><br>Ветчина детская                    |          |
| 1,5   | 0,58 | 10,28    | 52,4   | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке                           |          |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | завтрак 5-11  | 86,85 р. |
|-------|------|----------|--------|----------|---|----------|
| 18,03 | 9,65 | 12,9     | 210,45 | 180      | <b>Омлет натуральный запеченный</b><br>Омлет, Масло сливочное                       |          |
| 3,79  | 3,4  | 25,47    | 150,8  | 200      | <b>Кофейный напиток злаковый на молоке</b><br>Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко |          |
| 4,52  | 4,18 |          | 55,7   | 20       | <b>Изделие деликатесное из мяса (ветчина)</b><br>Ветчина детская                    |          |
| 3     | 1,16 | 20,56    | 104,8  | 40       | <b>Хлеб из муки пшеничной</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке                           |          |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | обед 1-4  | 137,20 р. |
|-------|------|----------|--------|----------|---|-----------|
| 0,954 | 6,06 | 4,878    | 77,76  | 60       | <b>Салат из свеклы и зеленого горошка</b><br>Свекла очищенная, Лимонная кислота, Горошек зеленый консервированный, Масло растительное, Соль |           |
| 2,65  | 3,59 | 8,25     | 75,29  | 200      | <b>Суп крестьянский с крупой</b><br>Суп крестьянский с крупой, Сметана  |           |
| 9,92  | 3,2  | 2,72     | 79,36  | 80       | <b>Гуляш из мяса птицы</b><br>Гуляш из мяса птицы   |           |
| 6,09  | 6,55 | 32,65    | 213,83 | 120      | <b>Каша гречневая рассыпчатая</b><br>Греча отварная, Масло сливочное  |           |
| 0,12  | 0,04 | 16,86    | 69,12  | 200      | <b>Напиток смородина</b><br>Смородина черная б/з, Сахар-песок   |           |
| 1,5   | 0,58 | 10,28    | 52,4   | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке   |           |
| 1,12  | 0,22 | 9,88     | 46,4   | 20       | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b><br>Хлеб ржано-пшеничный в нарезке   |           |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | обед 5-11 1 комплекс  | 163,19 р. |
|-------|------|----------|--------|----------|---|-----------|
| 1,59  | 10,1 | 8,13     | 129,6  | 100      | <b>Салат из свеклы и зеленого горошка</b><br>Свекла очищенная, Лимонная кислота, Горошек зеленый консервированный, Масло растительное, Соль |           |
| 3,31  | 4,49 | 10,31    | 94,11  | 250      | <b>Суп крестьянский с крупой</b><br>Суп крестьянский с крупой, Сметана  |           |
| 12,4  | 4    | 3,4      | 99,2   | 100      | <b>Гуляш из мяса птицы</b><br>Гуляш из мяса птицы   |           |
| 7,61  | 8,18 | 40,82    | 267,29 | 150      | <b>Каша гречневая рассыпчатая</b><br>Греча отварная, Масло сливочное  |           |
| 0,12  | 0,04 | 16,86    | 69,12  | 200      | <b>Напиток смородина</b><br>Смородина черная б/з, Сахар-песок   |           |
| 3     | 1,16 | 20,56    | 104,8  | 40       | <b>Хлеб из муки пшеничной</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке   |           |
| 1,12  | 0,22 | 9,88     | 46,4   | 20       | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b><br>Хлеб ржано-пшеничный в нарезке   |           |

| Белки | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г | обед 5-11 2 комплекс   | 163,19 р. |
|-------|-------|----------|--------|----------|--|-----------|
| 4,04  | 5,76  | 13,89    | 123,76 | 100      | <b>Сельдь с гарниром</b><br>Сельдь сл/с, Картофель очищенный, Яйцо диетическое, Масло растительное   |           |
| 4,26  | 6,15  | 2,95     | 83,43  | 250      | <b>Солянка</b><br>Солянка, Сметана   |           |
| 21,1  | 2,3   | 1,8      | 112,3  | 100      | <b>Говядина отварная</b><br>Говядина отварная  |           |
| 0,498 | 0,882 | 2,544    | 20,619 | 30       | <b>Соус томатный</b><br>Масло сливочное, Мука пшеничная, Морковь очищенная, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Томат-паста, Масло сливочное, Сахар-песок, Соль |           |
| 8,18  | 10,61 | 48,23    | 321,01 | 150      | <b>Изделия макаронные отварные</b><br>Макароны отварные, Масло сливочное   |           |
| 0,12  | 0,04  | 16,86    | 69,12  | 200      | <b>Напиток смородина</b><br>Смородина черная б/з, Сахар-песок  |           |
| 3     | 1,16  | 20,56    | 104,8  | 40       | <b>Хлеб из муки пшеничной</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке  |           |
| 1,12  | 0,22  | 9,88     | 46,4   | 20       | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b><br>Хлеб ржано-пшеничный в нарезке  |           |

Главный технолог



Зав. производством

