

СОГЛАСОВАНО
ГБОУ Школа №1416
Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО

Исполнительный директор
ООО "РусСоцКапитал"
Савельева И.Б.



МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы
18 сентября 2019 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	завтрак 1-4	80,55 р.
16,8	7,5	8,25	167,7	150	Омлет смешанный с ветчиной	
0,16	0,02	16,2	65,2	20	Зефир	
3,9	3,84	23,66	144,43	200	Кофейный напиток из цикория с молоком	
1,5	0,58	10,28	52,4	20	Хлеб из муки пшеничной	
					Омлет смешанный с ветчиной	
					Молоко, Напиток кофейный цикорий растворимый, Сахар-песок	
					Хлеб пшеничный в нарезке	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	завтрак 5-11	86,85 р.
20,16	9	9,9	201,24	180	Омлет смешанный с ветчиной	
0,16	0,02	16,2	65,2	20	Зефир	
3,9	3,84	23,66	144,43	200	Кофейный напиток из цикория с молоком	
1,5	0,58	10,28	52,4	20	Хлеб из муки пшеничной	
					Омлет смешанный с ветчиной	
					Молоко, Напиток кофейный цикорий растворимый, Сахар-песок	
					Хлеб пшеничный в нарезке	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	завтрак 5-11 2 комп	86,85 р.
20,16	9	9,9	201,24	180	Омлет смешанный с ветчиной	
3,9	3,84	23,66	144,43	200	Кофейный напиток из цикория с молоком	
1,5	0,58	10,28	52,4	20	Хлеб из муки пшеничной	
					Омлет смешанный с ветчиной	
					Молоко, Напиток кофейный цикорий растворимый, Сахар-песок	
					Хлеб пшеничный в нарезке	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	обед 1-4	137,20 р.
0,816	4,854	4,59	65,352	60	Салат из свеклы с солеными огурцами	
4,8	2,2	12,4	88,6	200	Суп с лапшой	
9,92	3,2	2,72	79,36	80	Гуляш из мяса птицы	
3,92	5,52	42,34	234,69	120	Рис отварной	
	0,04	16,82	67,44	200	Напиток клубничный	
0,56	0,56	13,72	65,8	140	Яблоко	
3	1,16	20,56	104,8	40	Хлеб из муки пшеничной	
1,12	0,22	9,88	46,4	20	Хлеб ржано-пшеничный	
					Свекла очищенная, Лимонная кислота, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Масло растительное	
					Суп с лапшой	
					Гуляш из мяса птицы	
					Рис отварной, Масло сливочное	
					Клубника б/з, Сахар-песок	
					Яблоки свежие	
					Хлеб пшеничный в нарезке	
					Хлеб ржано-пшеничный в нарезке	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	обед 5-11 1 комплекс	163,19 р.
1,36	8,09	7,65	108,92	100	Салат из свеклы с солеными огурцами Свекла очищенная, Лимонная кислота, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Масло растительное	
6	2,75	15,5	110,75	250	Суп с лапшой Суп с лапшой	
12,4	4	3,4	99,2	100	Гуляш из мяса птицы Гуляш из мяса птицы	
4,91	6,9	52,93	293,36	150	Рис отварной Рис отварной, Масло сливочное	
	0,04	16,82	67,44	200	Напиток клубничный Клубника б/з, Сахар-песок	
0,56	0,56	13,72	65,8	140	Яблоко Яблоки свежие	
3	1,16	20,56	104,8	40	Хлеб из муки пшеничной Хлеб пшеничный в нарезке	
1,12	0,22	9,88	46,4	20	Хлеб ржано-пшеничный Хлеб ржано-пшеничный в нарезке	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	обед 5-11 2 комплекс	163,19 р.
1,22	7,09	6,49	95,83	100	Салат из моркови с растительным маслом Морковь очищенная, Масло растительное	
3,31	4,49	10,31	94,11	250	Суп крестьянский с крупой Суп крестьянский с крупой, Сметана	
12,2	9,6	11,3	180,4	100	Котлеты рубленные из мяса (говядина) Котлеты рубленные из говядины	
2,85	3,45	16,35	107,85	150	Рагу из овощей Рагу овощное	
0,56	0,56	13,72	65,8	140	Яблоко Яблоки свежие	
	0,04	16,82	67,44	200	Напиток клубничный Клубника б/з, Сахар-песок	
3	1,16	20,56	104,8	40	Хлеб из муки пшеничной Хлеб пшеничный в нарезке	
1,12	0,22	9,88	46,4	20	Хлеб ржано-пшеничный Хлеб ржано-пшеничный в нарезке	

Главный технолог



Зав. производством