

СОГЛАСОВАНО

Директор школы № 3  
Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор  
ООО "Московский школьник"  
Николаев П.Ю.**МЕНЮ**

За счет бюджета города Москвы

9 марта 2016 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		
					<b>завтрак 1 интернат</b>	<b>71,23 р.</b>
22,33 8	23,508	2,97	312,822	180	<b>Омлет смешанный с ветчиной</b>	
						Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Ветчина детская, Масло сливочное
0,08	8,25	0,08	74,8	10	<b>Масло коровье сладкосливочное несоленое</b>	
3,9	3,84	23,66	144,43	200	<b>Кофейный напиток из цикория с молоком</b>	
						Молоко, Напиток кофейный цикорий растворимый, Сахар-песок
1,5	0,58	10,28	52,4	20	<b>Хлеб из муки пшеничной</b>	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		
					<b>завтрак 2 интернат</b>	<b>22,52 р.</b>
8,2	3	11,8	114	200	<b>Биоогурт фруктовый питьевой</b>	
3,08	2,055	18,735	105,66	50	<b>Ватрушка с джемом</b>	
						Мука пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Масло растительное, Повидло (джем) в ассортименте, Масло растительное

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		
					<b>обед интернат</b>	<b>129,50 р.</b>
1,36	8,09	7,65	108,92	100	<b>Салат из свеклы с солеными огурцами</b>	
						Свекла очищенная, Лимонная кислота, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Масло растительное
2,525	7,95	15,5	143,425	250	<b>Суп с лапшой</b>	
						Макаронные изделия (Вермишель яичная), Лук репчатый очищенный, Морковь очищенная, Масло растительное, Соль
11,98	10,05	1,6	134,38	100	<b>Гуляш из мяса птицы</b>	
						Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Масло сливочное, Мука пшеничная, Томат-паста, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Соль
3,705	4,245	40,98	208,485	150	<b>Рис отварной</b>	
						Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль
	0,04	16,82	67,44	200	<b>Напиток клубничный</b>	
						Клубника б/з, Сахар-песок
3	1,16	20,56	104,8	40	<b>Хлеб из муки пшеничной</b>	
2,24	0,44	19,76	92,8	40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		
					<b>полдник интернат</b>	<b>53,00 р.</b>
6	6,4	9,4	120	200	<b>Молоко</b>	
4,285	10,195	24,91	208,275	50	<b>Кекс Творожный</b>	
						Мука пшеничная, Сахар-песок, Масло сливочное, Яйцо диетическое, Соль, Творог 9%, Сода пищевая (натрий двууглекислый) Масло растительное

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		
					<b>ужин интернат</b>	<b>101,48 р.</b>
14,9	14,92	12,85	245,07	100	<b>Котлеты рубленые из мяса (говядина)</b>	
						Говядина котлетная часть с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль, Масло растительное
2,595	7,725	17,535	149,805	150	<b>Рагу из овощей</b>	
						Картофель очищенный, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Масло растительное, Масло растительное, Томат-паста Мука пшеничная, Сахар-песок, Чеснок свежий очищенный п/ф, Соль, Морковь очищенная
				200	<b>Кисель фруктовый (ягодный) в ассортименте</b>	
						Нектар в ассортименте, Крахмал картофельный, Сахар-песок
0,08	8,25	0,08	74,8	10	<b>Масло коровье сладкосливочное несоленое</b>	
3	1,16	20,56	104,8	40	<b>Хлеб из муки пшеничной</b>	
2,24	0,44	19,76	92,8	40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	ужин 2 интернат 5-11	38,56 р.
0,56	0,56	13,72	65,8	140	Яблоко	

Главный технолог \_\_\_\_\_



Зав. производством \_\_\_\_\_

