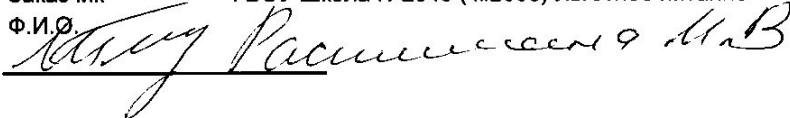


СОГЛАСОВАНО

Заказчик

ГБОУ Школа №2045 (к.2030) Льготное питание

Ф.И.О.




УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор

ООО "ВИЛМАП"

Чернышова О.Ю.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

17 ноября 2020 г.



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

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Завтрак 1 с 3-7
					Каша "Дружба"
3,27	7,22	17,33	147,36	120	Крупа Рисовая, Крупа Пшено, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
					Кофейный напиток злаковый на молоке
3,79	3,4	19,47	123,66	200	Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко
					Сыр полутвердый
2,32	2,95		35,83	10	Сыр с м.д.ж 45%
					Творог порционный
8,5	4,5	3,5	88,5	100	
					Хлеб из муки пшеничной первого сорта
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Завтрак 2 с 3-7
					Плоды и ягоды свежие (Яблоко)
0,32	0,32	7,84	35,52	80	Яблоки свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Обед с 3-7
					Салат из помидоров свежих и яблок
0,34	6,17	4,21	73,78	60	Помидоры, Яблоки свежие, Масло растительное, Соль
					Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне
3,76	4,04	10,05	91,58	200	Свекла свежая очищенная п/ф, Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Томат-паста, Масло сливочное, Сахар-песок, Соль, Сметана, Лимонная кислота
					Бефстроганов из мяса отварного
11,49	11,23	2,68	157,71	70	Говядина тазобедренная часть п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Соль, Молоко, Мука пшеничная, Сметана, Масло сливочное
					Картофель отварной, запеченый со сливочным маслом
2,73	3,51	22,07	130,82	120	Картофель свежий, Масло сливочное, Соль
					Компот из плодов сухих
0,28	0,06	27,88	113,15	200	Изюм, Чернослив, Сахар-песок, Лимонная кислота
					Хлеб из муки пшеничной первого сорта
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб пшеничный в нарезке
					Хлеб ржано-пшеничной
1,32	0,22	8,2	40,06	20	Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Полдник с 3-7
					Оладьи
7,39	6,98	43,45	266,18	100	Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное
					Повидло
		3,3	13,2	5	Повидло (жем) яблочное
					Биоогурт питьевой фруктовый
4,48	4,32	16,32	122,08	160	Биоогурт фруктовый питьевой персик

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Ужин 1 с 3-7
7,98	6,38	6,25	114,28	50	Фрикадельки мясные паровые собственного производства Говядина котлетная часть с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль
3,85	7,42	13,37	135,63	180	Капуста тушеная Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Томат-паста, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль, Сахар-песок
0,12	0,05	16,86	68,35	200	Напиток смородина Смородина черная б/з, Сахар-песок
3,2	1,2	20	103,6	40	Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке

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

Главный технолог



Зав. производством

