

СОГЛАСОВАНО

Директор школы № 183

Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО

Директор

ООО "РусСоцКапитал"

Юдина О.В.

МЕНЮ

за счёт бюджетных средств города Москвы

29 января 2021 г.



Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1-4 льготное					
5,76	12,8	31,1	262,64	100	Сырники из творога с соусом ягодным Сырники, Соус ягодный
4,5	4,48	38,58	212,28	200	Кофейный напиток из цикория с молоком Напиток кофейный цикорий растворимый, Сахар-песок, Молоко
2,26	2,09	0	27,85	10	Ветчина Ветчина детская
3	1,16	20,56	104,8	40	Хлеб из муки пшеничной Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 5-11 льготное					
5,84	12,8	33,05	270,76	110	Сырники из творога с соусом ягодным Сырники, Соус ягодный
4,5	4,48	38,58	212,28	200	Кофейный напиток из цикория с молоком Напиток кофейный цикорий растворимый, Сахар-песок, Молоко
4,52	4,18	0	55,7	20	Ветчина Ветчина детская
4,5	1,74	30,84	157,2	60	Хлеб из муки пшеничной Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед 1-4 льготное					
0,684	4,866	2,352	56,58	60	Салат из белокочанной капусты, помидоров и огурцов Помидоры, Морковь очищенная, Капуста белокочанная очищенная, Огурцы свежие, Масло растительное, Соль
7,4	2,8	7	82,8	200	Уха ростовская Уха Ростовская
11,9	9	11,5	174,6	100	Шницель рубленый куриный Шницель рубленый куриный
4,875	6,9	52,95	293,4	150	Рис отварной Рис отварной, Масло сливочное
0,08	0,08	22,14	91,9	200	Напиток яблочный Яблоки свежие, Сахар-песок, Лимонная кислота
1,5	0,58	10,28	52,4	20	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 льготное 1 комплекс					
1,14	8,11	3,92	94,3	100	Салат из белокочанной капусты, помидоров и огурцов Помидоры, Морковь очищенная, Капуста белокочанная очищенная, Огурцы свежие, Масло растительное, Соль
9,25	3,5	8,75	103,5	250	Уха ростовская Уха Ростовская
11,9	9	11,5	174,6	100	Шницель рубленый куриный Шницель рубленый куриный
5,85	8,28	63,54	352,08	180	Рис отварной Рис отварной, Масло сливочное
0,08	0,08	22,14	91,9	200	Напиток яблочный Яблоки свежие, Сахар-песок, Лимонная кислота
1,5	0,58	10,28	52,4	20	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



МЕНЮ
 Платное
 29 января 2021 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		95,75 р.
Завтрак 5-11 платное						
5,84	12,8	33,05	270,76	110	Сырники из творога с соусом ягодным Сырники, Соус ягодный	
4,5	4,48	38,58	212,28	200	Кофейный напиток из цикория с молоком Напиток кофейный цикорий растворимый, Сахар-песок, Молоко	
4,52	4,18	0	55,7	20	Ветчина Ветчина детская	
4,5	1,74	30,84	157,2	60	Хлеб из муки пшеничной Хлеб пшеничный в нарезке	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		148,53 р.
Обед 1-4 платное						
0,684	4,866	2,352	56,58	60	Салат из белокочанной капусты, помидоров и огурцов Помидоры, Морковь очищенная, Капуста белокочанная очищенная, Огурцы свежие, Масло растительное, Соль	
7,4	2,8	7	82,8	200	Уха ростовская Уха Ростовская	
11,9	9	11,5	174,6	100	Шницель рубленый куриный Шницель рубленый куриный	
4,875	6,9	52,95	293,4	150	Рис отварной Рис отварной, Масло сливочное	
0,08	0,08	22,14	91,9	200	Напиток яблочный Яблоки свежие, Сахар-песок, Лимонная кислота	
1,5	0,58	10,28	52,4	20	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		176,82 р.
Обед 5-11 платное 1 комплекс						
1,14	8,11	3,92	94,3	100	Салат из белокочанной капусты, помидоров и огурцов Помидоры, Морковь очищенная, Капуста белокочанная очищенная, Огурцы свежие, Масло растительное, Соль	
9,25	3,5	8,75	103,5	250	Уха ростовская Уха Ростовская	
11,9	9	11,5	174,6	100	Шницель рубленый куриный Шницель рубленый куриный	
5,85	8,28	63,54	352,08	180	Рис отварной Рис отварной, Масло сливочное	
0,08	0,08	22,14	91,9	200	Напиток яблочный Яблоки свежие, Сахар-песок, Лимонная кислота	
1,5	0,58	10,28	52,4	20	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 (учителя) 1 комплекс	88,41 р.
1,14	8,11	3,92	94,3	100	Салат из белокочанной капусты, помидоров и огурцов Помидоры, Морковь очищенная, Капуста белокочанная очищенная, Огурцы свежие, Масло растительное, Соль	
9,25	3,5	8,75	103,5	250	Уха ростовская Уха Ростовская	
11,9	9	11,5	174,6	100	Шницель рубленый куриный Шницель рубленый куриный	
5,85	8,28	63,54	352,08	180	Рис отварной Рис отварной, Масло сливочное	
0,08	0,08	22,14	91,9	200	Напиток яблочный Яблоки свежие, Сахар-песок, Лимонная кислота	
1,5	0,58	10,28	52,4	20	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 _____