

СОГЛАСОВАНО  
 Директор школы № 2100  
 Ф.И.О. *Литманов Е.И.*



УТВЕРЖДЕНО  
 Директор  
 ООО "РусСоцКапитал"  
 Юдина О.В.



**МЕНЮ**  
 за счёт бюджетных средств города Москвы  
 6 октября 2021 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Завтрак 1-4 льготное</b>					
12,97	14,12	49,22	376,94	170	<b>Макаронны, запеченные с сыром</b> Макаронны отварные, Масло сливочное, Сыр с м.д.ж 45%
1,2	4,7	7,7	78	100	<b>Икра из кабачков</b> Икра кабачковая ДП
0,04	0	8,12	33,28	200	<b>Чай с лимоном</b> Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон
3	1,16	20,56	104,8	40	<b>Хлеб из муки пшеничной</b> Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Завтрак 5-11 льготное</b>					
15,74	16,86	65,62	478,32	220	<b>Макаронны, запеченные с сыром</b> Макаронны отварные, Масло сливочное, Сыр с м.д.ж 45%
1,2	4,7	7,7	78	100	<b>Икра из кабачков</b> Икра кабачковая ДП
0,04	0	8,12	33,28	200	<b>Чай с лимоном</b> Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон
4,5	1,74	30,84	157,2	60	<b>Хлеб из муки пшеничной</b> Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Обед 1-4 льготное</b>					
2,744	7,224	4,696	96,072	80	<b>Салат из отварной моркови с сыром</b> Морковь очищенная, Сыр с м.д.ж 45%, Соль, Масло растительное
4,94	4,36	6,16	73,2	200	<b>Борщ "Сибирский" с говядиной</b> Борщ сибирский с говядиной, Сметана
10,44	5,52	20,52	164,88	120	<b>Котлеты рыбные</b> Котлеты рубленые из фарша рыбного
3,33	13,41	22,824	225,162	180	<b>Пюре картофельное</b> Пюре картофельное, Масло сливочное
0,42	0,1	19,84	82,5	200	<b>Напиток из плодов сухих (изюм)</b> Изюм, Сахар-песок
4,5	1,74	30,84	157,2	60	<b>Хлеб из муки пшеничной</b> Хлеб пшеничный в нарезке
2,24	0,44	19,76	92,8	40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Обед 5-11 льготное 1 комплекс</b>					
3,43	9,03	5,87	120,09	100	<b>Салат из отварной моркови с сыром</b> Морковь очищенная, Сыр с м.д.ж 45%, Соль, Масло растительное
6,175	5,45	7,7	91,5	250	<b>Борщ "Сибирский" с говядиной</b> Борщ сибирский с говядиной, Сметана
15,66	8,28	30,78	247,32	180	<b>Котлеты рыбные</b> Котлеты рубленые из фарша рыбного
3,33	13,41	22,824	225,162	180	<b>Пюре картофельное</b> Пюре картофельное, Масло сливочное
0,42	0,1	19,84	82,5	200	<b>Напиток из плодов сухих (изюм)</b> Изюм, Сахар-песок
4,5	1,74	30,84	157,2	60	<b>Хлеб из муки пшеничной</b> Хлеб пшеничный в нарезке
3,36	0,66	29,64	139,2	60	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Главный технолог \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_