

СОГЛАСОВАНО  
ГБОУ Школа № 1573  
Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО  
Исполнительный директор  
ООО "РусСоцКапитал"  
Савельева И.Б.



## МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы  
20 января 2020 г.

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | завтрак 1-4                                                                         | 81,85 р. |
|-------|------|----------|--------|----------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------|
| 5,62  | 8,61 | 12,89    | 151,43 | 150      | <b>Каша овсяная молочная</b><br>Каша Овсяная молочная, Масло сливочное              |          |
| 3,79  | 3,4  | 25,47    | 150,8  | 200      | <b>Кофейный напиток злаковый на молоке</b><br>Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко |          |
| 1,5   | 0,58 | 10,28    | 52,4   | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке                           |          |
| 0,08  | 8,25 | 0,08     | 74,8   | 10       | <b>Масло коровье сладкосливочное несоленое</b><br>Масло сливочное шт                |          |
| 0,08  | 8,25 | 0,08     | 74,8   | 10       | <b>Масло коровье сладкосливочное несоленое</b><br>Масло сливочное шт                |          |

| Белки | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г | завтрак 5-11                                                                        | 88,25 р. |
|-------|-------|----------|--------|----------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------|
| 6,74  | 10,33 | 15,46    | 181,72 | 180      | <b>Каша овсяная молочная</b><br>Каша Овсяная молочная, Масло сливочное              |          |
| 3,79  | 3,4   | 25,47    | 150,8  | 200      | <b>Кофейный напиток злаковый на молоке</b><br>Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко |          |
| 1,5   | 0,58  | 10,28    | 52,4   | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке                           |          |
| 0,08  | 8,25  | 0,08     | 74,8   | 10       | <b>Масло коровье сладкосливочное несоленое</b><br>Масло сливочное шт                |          |
| 0,08  | 8,25  | 0,08     | 74,8   | 10       | <b>Масло коровье сладкосливочное несоленое</b><br>Масло сливочное шт                |          |

| Белки | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г | обед 1-4                                                                                                                                                     | 139,41 р. |
|-------|-------|----------|--------|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 0,816 | 4,854 | 4,59     | 65,352 | 60       | <b>Салат из свеклы с солеными огурцами</b><br>Свекла очищенная, Лимонная кислота, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Масло растительное |           |
| 2,46  | 2,45  | 5,97     | 55,15  | 200      | <b>Щи из свежей капусты</b><br>Щи из свежей капусты, Сметана                                                                                                 |           |
| 11,52 | 1,28  | 2,64     | 68,16  | 80       | <b>Гуляш</b><br>Гуляш из говядины                                                                                                                            |           |
| 6,55  | 8,48  | 38,58    | 256,81 | 120      | <b>Изделия макаронные отварные</b><br>Макароны отварные, Масло сливочное                                                                                     |           |
|       |       | 15,98    | 63,84  | 200      | <b>Напиток фруктовый</b><br>Сахар-песок, Фиточай цветочно-плодово-травяной фильтр пакет 2 г                                                                  |           |
| 3     | 1,16  | 20,56    | 104,8  | 40       | <b>Хлеб из муки пшеничной</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке                                                                                                    |           |
| 1,12  | 0,22  | 9,88     | 46,4   | 20       | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b><br>Хлеб ржано-пшеничный в нарезке                                                                                                |           |

| Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | обед 5-11 1 комплекс | 165,82 р.                                                                                                                                                     |
|------|----------|--------|----------|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1,36 | 8,09     | 7,65   | 108,92   | 100                  | <b>Салат из свеклы с солеными огурцами</b><br>Свекла очищенная, Лимонная кислота, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки) , Масло растительное |
| 3,08 | 3,06     | 7,46   | 68,94    | 250                  | <b>Щи из свежей капусты</b><br>Щи из свежей капусты, Сметана                                                                                                  |
| 14,4 | 1,6      | 3,3    | 85,2     | 100                  | <b>Гуляш</b><br>Гуляш из говядины                                                                                                                             |
| 8,18 | 10,61    | 48,23  | 321,01   | 150                  | <b>Изделия макаронные отварные</b><br>Макароны отварные , Масло сливочное                                                                                     |
|      |          | 15,98  | 63,84    | 200                  | <b>Напиток фруктовый</b><br>Сахар-песок, Фиточай цветочно-плодово-травяной фильтр пакет 2 г                                                                   |
| 3    | 1,16     | 20,56  | 104,8    | 40                   | <b>Хлеб из муки пшеничной</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке                                                                                                     |
| 1,12 | 0,22     | 9,88   | 46,4     | 20                   | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b><br>Хлеб ржано-пшеничный в нарезке                                                                                                 |

| Белки | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г | обед 5-11 2 комплекс                                                                                                                                           | 165,82 р. |
|-------|-------|----------|--------|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 1,81  | 7,44  | 11,8     | 121,79 | 100      | <b>Салат из моркови и свежих огурцов</b><br>Картофель очищенный, Кукуруза консервированная, Морковь очищенная, Огурцы свежие, Соль, Масло растительное         |           |
| 5,375 | 5,625 | 19,55    | 150,65 | 250      | <b>Суп картофельный с горохом</b><br>Суп картофельный с горохом                                                                                                |           |
| 13,92 | 6,24  | 17,76    | 182,88 | 120      | <b>Тефтели рыбные</b><br>Тефтели рубленые из фарша рыбного                                                                                                     |           |
| 0,498 | 0,882 | 2,544    | 20,619 | 30       | <b>Соус томатный</b><br>Масло сливочное, Мука пшеничная, Морковь очищенная, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Томат-паста, Масло сливочное, Сахар-песок, Соль |           |
| 4,91  | 6,9   | 52,93    | 293,36 | 150      | <b>Рис отварной</b><br>Рис отварной , Масло сливочное                                                                                                          |           |
|       |       | 15,98    | 63,84  | 200      | <b>Напиток фруктовый</b><br>Сахар-песок, Фиточай цветочно-плодово-травяной фильтр пакет 2 г                                                                    |           |
| 3     | 1,16  | 20,56    | 104,8  | 40       | <b>Хлеб из муки пшеничной</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке                                                                                                      |           |
| 1,12  | 0,22  | 9,88     | 46,4   | 20       | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b><br>Хлеб ржано-пшеничный в нарезке                                                                                                  |           |

Главный технолог

Зав. производством



СОГЛАСОВАНО

ГБОУ Школа №1573

Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО

Исполнительный директор

ООО "РусСоцКапитал"

Савельева И.Б.



**МЕНЮ**  
**Платное**  
**20 января 2020 г.**

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | завтрак платный 1-4                                                                 | 81,85 р. |
|-------|------|----------|--------|----------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------|
| 5,62  | 8,61 | 12,89    | 151,43 | 150      | <b>Каша овсяная молочная</b><br>Каша Овсяная молочная, Масло сливочное              |          |
| 3,79  | 3,4  | 25,47    | 150,8  | 200      | <b>Кофейный напиток злаковый на молоке</b><br>Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко |          |
| 1,5   | 0,58 | 10,28    | 52,4   | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке                           |          |
| 0,08  | 8,25 | 0,08     | 74,8   | 10       | <b>Масло коровье сладкосливочное несоленое</b><br>Масло сливочное шт                |          |
| 0,08  | 8,25 | 0,08     | 74,8   | 10       | <b>Масло коровье сладкосливочное несоленое</b><br>Масло сливочное шт                |          |

| Белки | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г | обед платный 1-4                                                                                                                                             | 139,41 р. |
|-------|-------|----------|--------|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 0,816 | 4,854 | 4,59     | 65,352 | 60       | <b>Салат из свеклы с солеными огурцами</b><br>Свекла очищенная, Лимонная кислота, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Масло растительное |           |
| 2,46  | 2,45  | 5,97     | 55,15  | 200      | <b>Щи из свежей капусты</b><br>Щи из свежей капусты, Сметана                                                                                                 |           |
| 11,52 | 1,28  | 2,64     | 68,16  | 80       | <b>Гуляш</b><br>Гуляш из говядины                                                                                                                            |           |
| 6,55  | 8,48  | 38,58    | 256,81 | 120      | <b>Изделия макаронные отварные</b><br>Макароны отварные, Масло сливочное                                                                                     |           |
|       |       | 15,98    | 63,84  | 200      | <b>Напиток фруктовый</b><br>Сахар-песок, Фиточай цветочно-плодово-травяной фильтр пакет 2 г                                                                  |           |
| 3     | 1,16  | 20,56    | 104,8  | 40       | <b>Хлеб из муки пшеничной</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке                                                                                                    |           |
| 1,12  | 0,22  | 9,88     | 46,4   | 20       | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b><br>Хлеб ржано-пшеничный в нарезке                                                                                                |           |

Главный технолог

Зав. производством