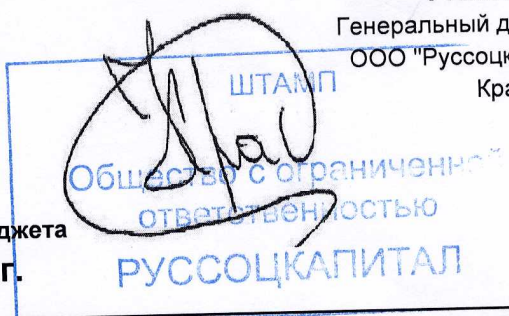


СОГЛАСОВАНО
 Директор школы № МГОК
 Ф.И.О. *И.И. Степанов*



УТВЕРЖДЕНО
 Генеральный директор
 ООО "Руссоцкапитал"
 Красина



МЕНЮ
 Питание за счет средств бюджета
 10 сентября 2020 г.

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | | Завтрак с 1-4 кл | 87,53 |
|-----------|-------|----------|---------|----------|---------------------------------------|--|-------|
| 8,12 7 | 8,303 | 54,027 | 323,258 | 135 | Оладьи 1/45, Масло сливочное | Оладьи | |
| 2,88 | 3,4 | 22,2 | 131,2 | 40 | Молоко сгущенное | Молоко сгущенное с сахаром | |
| 4,04 | 3,66 | 25,84 | 155,6 | 200 | Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко | Кофейный напиток злаковый на молоке | |
| 1,62 | 0,36 | 14,58 | 77,4 | 180 | Апельсин | Апельсин | |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | | Обед с 1-4 кл | 146,50 |
|-----------|--------|----------|--------|----------|---|--|--------|
| 1,86 6 | 7,458 | 4,428 | 92,556 | 60 | Свекла очищенная, Лимонная кислота, Сыр с м.д.ж 45%, Масло растительное, Соль | Салат из свеклы с сыром | |
| 3,32 | 4,4 | 2,22 | 61,32 | 200 | Солянка, Сметана | Солянка | |
| 14,3 1 | 22,875 | 30,54 | 318,9 | 150 | Пельмени детские, Масло сливочное, Соль | Пельмени отварные | |
| 0,28 | 0,06 | 32,4 | 132,6 | 200 | Апельсин, Сахар-песок | Компот из плодов свежих (апельсины) | |
| 3 | 1,16 | 20,56 | 104,8 | 40 | Хлеб пшеничный в нарезке | Хлеб из муки пшеничной | |
| 2,24 | 0,44 | 19,76 | 92,8 | 40 | Хлеб ржано-пшеничный в нарезке | Хлеб ржано-пшеничный | |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | | Завтрак с 5-11 кл | 94,4 |
|------------|-------|----------|--------|----------|---------------------------------------|--|------|
| 10,8 36 | 11,07 | 72,036 | 431,01 | 180 | Оладьи 1/45, Масло сливочное | Оладьи | |
| 2,88 | 3,4 | 22,2 | 131,2 | 40 | Молоко сгущенное | Молоко сгущенное с сахаром | |
| 4,04 | 3,66 | 25,84 | 155,6 | 200 | Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко | Кофейный напиток злаковый на молоке | |
| 1,62 | 0,36 | 14,58 | 77,4 | 180 | Апельсин | Апельсин | |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | | Обед с 5-11 кл | 174,4 |
|-----------|-------|----------|--------|----------|---|--|-------|
| 3,11 | 12,43 | 7,38 | 154,26 | 100 | Свекла очищенная, Лимонная кислота, Сыр с м.д.ж 45%, Масло растительное, Соль | Салат из свеклы с сыром | |
| 4,3 | 6,2 | 3 | 83,4 | 250 | Солянка, Сметана | Солянка | |
| 19,0 8 | 30,5 | 40,72 | 425,2 | 200 | Пельмени детские, Масло сливочное, Соль | Пельмени отварные | |
| 0,28 | 0,06 | 32,4 | 132,6 | 200 | Апельсин, Сахар-песок | Компот из плодов свежих (апельсины) | |
| 3 | 1,16 | 20,56 | 104,8 | 40 | Хлеб пшеничный в нарезке | Хлеб из муки пшеничной | |
| 2,24 | 0,44 | 19,76 | 92,8 | 40 | Хлеб ржано-пшеничный в нарезке | Хлеб ржано-пшеничный | |

Главный технолог *В.Н.*

Зав. производством *А.В. Дружанин*