

СОГЛАСОВАНО

Директор № 199

Ф.И.О.

подпись директора
Лашкова Ю.А.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

ООО "Школьник-ЮЗ"

Мисик М.В.



МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

4 сентября 2020 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1 (ясли) с 1,5-3 ДС					
<i>Каша рисовая молочная жидкая</i>					
2,87	4,1	17,3	117,62	100	Крупа Рисовая, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
<i>Кофейный напиток из цикория с молоком</i>					
2,93	2,88	13,25	90,63	150	Молоко, Напиток кофейный цикорий растворимый, Сахар-песок
<i>Творог порционный</i>					
8,5	4,5	3,5	88,5	100	
<i>Сыр полутвердый</i>					
2,32	2,95		35,83	10	Сыр с м.д.ж 45%
<i>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</i>					
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 2 (ясли) с 1,5-3 ДС					
<i>Плоды и ягоды свежие (Груша)</i>					
0,2	0,15	5,15	22,75	50	Груши свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед (ясли) с 1,5-3 ДС					
<i>Салат из отварного картофеля свежего огурца и зеленого салата</i>					
0,53	2,2	4,02	37,974	30	Картофель очищенный, Огурцы свежие, Капуста Пекинская (Салат Китайский), Масло растительное, Соль
<i>Рассольник домашний на мясном бульоне</i>					
2,32	2,52	7,3	61,11	120	Капуста белокочанная очищенная, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Масло сливочное, Соль, Сметана
<i>Говядина отварная</i>					
2,88	2,48		33,852	10	Говядина тазобедренная часть п/ф, Соль
<i>Печень по-строгановски</i>					
10,45	7,24	2,92	118,58	70	Печень говяжья с/м, Томат-паста, Сметана, Соль, Масло сливочное, Мука пшеничная, Соль
<i>Изделия макаронные отварные</i>					
1,845	1,455	11,75	67,46	50	Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное
<i>Сок фруктовый</i>					
0,75	0,15	15,15	64,95	150	Сок яблочный шт (0,2 л) ДП
<i>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</i>					
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб пшеничный в нарезке
<i>Хлеб ржано-пшеничной</i>					
1,32	0,22	8,2	40,06	20	Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Полдник (ясли) с 1,5-3 ДС					
<i>Оладьи</i>					
7,39	6,98	43,45	266,18	100	Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное
<i>Повидло</i>					
		3,3	13,2	5	Повидло (джем) яблочное
<i>Йогурт питьевой фруктовый</i>					
3,92	3,78	14,28	106,82	140	Йогурт питьевой персик

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Вода питьевая детская (на весь день) 1,5-3					
<i>Вода питьевая детская</i>					
				100	Вода питьевая детская

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1 с 3-7 ДС					
<i>Каша рисовая молочная жидкая</i>					
3,444	4,92	20,76	141,144	120	Крупа Рисовая, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
<i>Кофейный напиток из цикория с молоком</i>					
3,9	3,84	17,66	120,84	200	Молоко, Напиток кофейный цикорий растворимый, Сахар-песок
<i>Творог порционный</i>					
8,5	4,5	3,5	88,5	100	
<i>Сыр полутвердый</i>					
2,32	2,95		35,83	10	Сыр с м.д.ж 45%
<i>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</i>					
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
0,32	0,24	8,24	36,4	80	Завтрак 2 с 3-7 ДС Плоды и ягоды свежие (Груша) Груши свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
1,05	4,4	8,03	75,948	60	Обед с 3-7 ДС Салат из отварного картофеля свежего огурца и зеленого салата Картофель очищенный, Огурцы свежие, Капуста Пекинская (Салат Китайский), Масло растительное, Соль
3,68	3,98	11,55	96,76	190	Рассольник домашний на мясном бульоне Капуста белокочанная очищенная, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Масло сливочное, Соль, Сметана
2,88	2,48		33,852	10	Говядина отварная Говядина тазобедренная часть п/ф, Соль
10,45	7,24	2,92	118,58	70	Печень по-строгановски Печень говяжья с/м, Томат-паста, Сметана, Соль, Масло сливочное, Мука пшеничная, Соль
4,42	3,49	28,2	161,904	120	Изделия макаронные отварные Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное
0,75	0,15	15,15	64,95	150	Сок фруктовый Сок яблочный
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке
1,32	0,22	8,2	40,06	20	Хлеб ржано-пшеничной Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
7,39	6,98	43,45	266,18	100	Полдник с 3-7 ДС Оладьи Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное
		3,3	13,2	5	Повидло Повидло (джем) яблочное
4,64	5,12	6,08	88,96	160	Ацидофилин Ацидофилин

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
7,07	5,94	0,8	84,96	50	Ужин 1 с 3-7 ДС Гуляш из отварной птицы Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Масло сливочное, Мука пшеничная, Томат-паста, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Соль
3,17	5,99	16,82	133,86	180	Свекла тушеная Свекла очищенная, Масло сливочное, Сметана, Соль
0,06	0,06	21,35	86,14	200	Компот из плодов свежих Яблоки свежие, Апельсин, Сахар-песок, Лимонная кислота
3,2	1,2	20	103,6	40	Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке

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

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



Главный технолог _____

Зав. производством _____

