

СОГЛАСОВАНО

Директор № 199

С.И.О.

администратор
Лашкова Ю.А.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

ООО "Школьник-ЮЗ"

Мисик М.В.



МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

30 сентября 2020 г.

едки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г.	
Завтрак 1 (ясли) с 1,5-3 ДС					
3,67	5,57	17,19	133,61	120	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных) Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное
2,75	2,61	10,97	78,39	150	Какао на молоке Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко
1,08	8,25	0,08	74,89	10	Масло коровьесладкосливочное несоленое Масло сливочное шт
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке
Завтрак 2 (ясли) с 1,5-3 ДС					
0,2	0,15	5,15	22,75	50	Плоды и ягоды свежие (Груша) Груши свежие
Обед (ясли) с 1,5-3 ДС					
1,49	3,03	2,89	40,75	30	Салат из капусты с растительным маслом Капуста белокочанная очищенная, Лимонная кислота, Сахар-песок, Масло растительное, Соль
1,07	1,97	6,57	48,31	130	Борщ с капустой и картофелем Свекла очищенная, Капуста белокочанная очищенная, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Томат-паста, Масло растительное, Сахар-песок, Соль, Сметана, Лимонная кислота
1,65	10,74	9,41	180,92	70	Биточки рубленые куриные Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Соль, Масло растительное
1,87	2,58	5,85	50,03	50	Рагу из овощей Картофель очищенный, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Масло растительное, Масло растительное, Томат-паста, Морковь очищенная, Мука пшеничная, Сахар-песок, Чеснок свежий очищенный п/ф, Соль
1,75	0,15	15,15	64,95	150	Сок фруктовый Сок яблочно-апельсиновый шт (0,2 л)
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
Полдник (ясли) с 1,5-3 ДС					
1,18	3,9	19,07	124,11	100	Каша молочная кукурузная жидкая Крупа Кукурузная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
1,41	1,84	13,67	81,79	30	Булочка с изюмом Мука пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Изюм, Соль, Яйцо диетическое, Масло растительное
1,46	3,5	5,88	76,86	140	Ряженка Ряженка 200гр шт
Вода питьевая детская (на весь день) 1,5-3					
				100	Вода питьевая детская Вода питьевая детская
Завтрак 1 с 3-7 ДС					
1,5	8,36	25,78	200,42	180	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных) Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное
1,67	3,48	14,63	104,52	200	Какао на молоке Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко
1,08	8,25	0,08	74,89	10	Масло коровьесладкосливочное несоленое Масло сливочное шт
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке
Завтрак 2 с 3-7 ДС					
32	0,24	8,24	36,4	80	Плоды и ягоды свежие (Груша) Груши свежие

Взвешивание	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед с 3-7 ДС					
1,98	6,05	5,78	81,5	60	Салат из капусты с растительным маслом Капуста белокачанная очищенная, Лимонная кислота, Сахар-песок, Масло растительное, Соль
1,64	3,03	10,11	74,33	200	Борщ с капустой и картофелем Свекла очищенная, Капуста белокачанная очищенная, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Томат-паста, Масло растительное, Сахар-песок, Соль, Сметана, Лимонная кислота
1,65	10,74	9,41	180,92	70	Биточки рубленые куриные Мясо кур (п/ф Бедро, голень, грудка) см, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Соль, Масло растительное
1,08	6,18	14,03	120,08	120	Рагу из овощей Картофель очищенный, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Масло растительное, Масло растительное, Томат-паста, Морковь очищенная, Мука пшеничная, Сахар-песок, Чеснок свежий очищенный п/ф, Соль
1,75	0,15	15,15	64,95	150	Сок фруктовый Сок яблочный-абрикос
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

Взвешивание	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Полдник с 3-7 ДС					
1,82	4,68	22,88	148,94	120	Каша молочная кукурузная жидкая Крупа Кукурузная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
1,41	1,94	13,67	81,79	30	Булочка с изюмом Мука пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное, Яйцо диетическое, Дрожжи-сухие, Изюм, Соль, Яйцо диетическое, Масло растительное
1,24	4	6,72	87,84	160	Ряженка Ряженка

Взвешивание	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Ужин 1 с 3-7 ДС					
1,84	0,99	4,21	53,1	50	Кнели рыбные отварные собственного производства Рыба филе Минтая н/к см, Молоко, Мука пшеничная, Соль, Яйцо диетическое
455	5,085	49,185	260,316	180	Рис отварной Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль
1,11	0,04	24,45	98,6	200	Кисель из смородины Смородина черная б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке

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

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

Главный технолог



Зав. производством

