

СОГЛАСОВАНО

Директор № 199

Ф.И.О.

Администратор
Лашкова Ю.А.

УТВЕРЖДЕН

Директо

ООО "Школьник-ЮЗ

Мисик М.Е.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

2 октября 2020 г.



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

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 2 (ясли) с 1,5-3 ДС					
0,4	0,1	3,75	17,5	50	Плоды и ягоды свежие (Мандарины) Мандарин

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед (ясли) с 1,5-3 ДС					
0,53	2,2	4,02	37,974	30	Салат из отварного картофеля свежего огурца и зеленого салата Картофель очищенный, Огурцы свежие, Капуста Пекинская (Салат Китайский), Масло растительное, Соль
2,32	2,52	7,3	61,11	120	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
1,845	1,455	11,75	67,46	50	Изделия макаронные отварные Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное
0,75	0,15	15,15	64,95	150	Сок фруктовый Сок яблочный шт (0,2 л) ДП
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	
Полдник (ясли) с 1,5-3 ДС					
7,39	6,98	43,45	266,18	100	Оладьи Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное
		3,3	13,2	5	Повидло Повидло (джем) яблочное
3,92	3,78	14,28	106,82	140	Йогурт питьевой фруктовый Йогурт питьевой персик

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

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

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
0,64	0,16	6	28	80	Завтрак 2 с 3-7 ДС <i>Плоды и ягоды свежие (Мандарины)</i>
					Мандарин

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

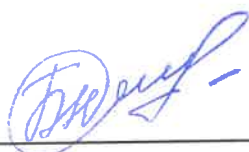
Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
7,39	6,98	43,45	266,18	100	Полдник с 3-7 ДС <i>Оладьи</i>
					Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное
		3,3	13,2	5	<i>Повидло</i>
					Повидло (жем) яблочное
4,64	5,12	6,08	88,96	160	<i>Ацидофилин</i>
					Ацидофилин

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
7,07	5,94	0,8	84,96	50	Ужин 1 с 3-7 ДС <i>Гуляш из отварной птицы</i>
					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	<i>Свекла тушеная</i>
					Свекла очищенная, Масло сливочное, Сметана, Соль
0,06	0,06	21,35	86,14	200	<i>Компот из плодов свежих</i>
					Яблоки свежие, Апельсин, Сахар-песок, Лимонная кислота
3,2	1,2	20	103,6	40	<i>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</i>
					Хлеб пшеничный в нарезке

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

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

Главный технолог



Зав. производством

