

СОГЛАСОВАНО

Директор № 199

Ф.И.О.

Администратор

Лашкина Ю.А.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

ООО "Школьник-ЮЗ"

Мисик М.В.



МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

8 октября 2020 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1 (ясли) с 1,5-3 ДС					
Каша жидкая на молоке (манная)					
4,37	4,78	20,5	142,46	120	Крупа Манная, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное, Соль
Чай с молоком и сахаром					
0,9	0,96	8,9	47,85	150	Чай черный весовой, Молоко, Сахар-песок
Сыр полутвердый					
2,32	2,95		35,83	10	Сыр с м.д.ж 45%
Хлеб из муки пшеничной первого сорта					
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					
Фрукты и ягоды свежие (Груша)					
0,2	0,15	5,15	22,75	50	Груши свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед (ясли) с 1,5-3 ДС					
Сельдь с луком					
3,68	3	0,66	44,39	30	Сельдь сл/с, Лук репчатый очищенный, Масло растительное
Суп с изделиями макаронными (фигурными) группы А на мясном бульоне					
6,006	4,758	16,172	131,534	130	Макаронные изделия (Вермишель яичная), Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Масло сливочное, Соль
Запеканка картофельная с мясом отварным					
14,67	14,13	26,531	291,945	150	Говядина котлетная часть с/м, Картофель очищенный, Лук репчатый очищенный, Масло сливочное, Сухари панировочные, Соль
Сок фруктовый					
0,75	0,15	15,15	64,95	150	Сок яблочный шт (0,2 л) ДП
Хлеб из муки пшеничной первого сорта					
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб пшеничный в нарезке
Хлеб ржано-пшеничной					
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					
Каша рисовая молочная жидкая					
2,87	4,1	17,3	117,62	100	Крупа Рисовая, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
Печенье					
1,46	3,58	18,42	111,74	20	
Кефир					
4,06	4,48	5,6	78,96	140	Кефир

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

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1 с 3-7 ДС					
Каша жидкая на молоке (манная)					
6,56	7,16	30,75	213,69	180	Крупа Манная, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное, Соль
Чай с молоком и сахаром					
1,2	1,28	11,87	63,8	200	Чай черный весовой, Молоко, Сахар-песок
Сыр полутвердый					
2,32	2,95		35,83	10	Сыр с м.д.ж 45%
Хлеб из муки пшеничной первого сорта					
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб пшеничный в нарезке

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

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед с 3-7 ДС					
Сельдь с луком					
7,37	6	1,33	88,78	60	Сельдь сл/с, Лук репчатый очищенный, Масло растительное
Суп с изделиями макаронными (фигурными) группы А на мясном бульоне					
9,24	7,32	24,88	202,36	200	Макаронные изделия (Вермишель яичная), Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Масло сливочное, Соль
Запеканка картофельная с мясом отварным					
17,6	16,951	31,84	350,334	180	Говядина котлетная часть с/м, Картофель очищенный, Лук репчатый очищенный, Масло сливочное, Сухари панировочные, Соль
Сок фруктовый					
0,75	0,15	15,15	64,95	150	Сок яблочный
Хлеб из муки пшеничной первого сорта					
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб пшеничный в нарезке
Хлеб ржано-пшеничной					
1,32	0,22	8,2	40,06	20	Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Полдник с 3-7 ДС					
Каша рисовая молочная жидкая					
3,444	4,92	20,76	141,144	120	Крупа Рисовая, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
Печенье					
1,46	3,58	18,42	111,74	20	
Кефир					
4,64	5,12	6,4	90,88	160	Кефир 3,2%

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Ужин 1 с 3-7 ДС					
Тефтели мясные с соусом собственного производства					
4,21	4,17	5,7	77,2	50	Говядина котлетная часть с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Лук репчатый очищенный, Соль, Масло растительное, Мука пшеничная, Томат-паста, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Сахар-песок, Соль
Рагу из овощей					
3,119	9,27	21,046	180,121	180	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
Напиток яблочный					
0,06	0,06	21,35	86,14	200	Яблоки свежие, Сахар-песок, Лимонная кислота
Хлеб из муки пшеничной первого сорта					
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб пшеничный в нарезке

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

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

Главный технолог

Зав. производством