

СОГЛАСОВАНО

Директор № 2009

Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО

Директор

ООО "Школьник-ЮЗ"

Мисик М.В.



МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

12 апреля 2018 г.

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|-------|-------|----------|--------|----------|---|
| | | | | | Завтрак 1 с 3-7 ДС |
| 17,96 | 11,43 | 20,14 | 255,25 | 100 | Запеканка из творога |
| | | | | | Творог 9%, Крупа Манная, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Соль, Сухари панировочные, Сметана |
| 0,006 | 0,002 | 5,285 | 21,188 | 10 | Соус клюквенный |
| | | | | | Клюква б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок |
| 3,67 | 3,48 | 14,63 | 104,52 | 200 | Какао на молоке |
| | | | | | Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко |
| 0,08 | 8,25 | 0,08 | 74,89 | 10 | Масло коровьесладкосливочное несоленое |
| 2,32 | 2,95 | | 35,83 | 10 | Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45% |
| 1,6 | 0,6 | 10 | 51,8 | 20 | Хлеб из муки пшеничной первого сорта |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|-------|------|----------|--------|----------|---------------------------------------|
| | | | | | Завтрак 2 с 3-7 ДС |
| 0,32 | 0,32 | 7,84 | 35,52 | 80 | Фрукты и ягоды свежие (Яблоко) |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|-------|-------|----------|---------|----------|---|
| | | | | | Обед с 3-7 ДС |
| 0,42 | 7,25 | 1,32 | 72,18 | 60 | Салат из свежих огурцов с растительным маслом |
| | | | | | Огурцы свежие, Масло растительное, Соль |
| 4 | 6,66 | 9,64 | 114,56 | 200 | Суп из овощей на курином бульоне |
| | | | | | Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Сметана, Масло сливочное, Соль |
| 9,898 | 8,323 | 1,12 | 118,951 | 70 | Гуляш из отварной птицы |
| | | | | | Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Масло сливочное, Мука пшеничная, Томат-паста, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль |
| 4,42 | 3,49 | 28,2 | 161,904 | 120 | Изделия макаронные отварные |
| | | | | | Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное |
| 0,1 | 0,02 | 17,26 | 69,62 | 200 | Напиток вишневый |
| | | | | | Вишня б/з, Сахар-песок |
| 1,6 | 0,6 | 10 | 51,8 | 20 | Хлеб из муки пшеничной первого сорта |
| 1,32 | 0,22 | 8,2 | 40,06 | 20 | Хлеб ржано-пшеничной |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|-------|------|----------|--------|----------|---|
| | | | | | Полдник с 3-7 ДС |
| 3,49 | 2,78 | 8,28 | 72,07 | 100 | Запеканка овощная |
| | | | | | Горошек зеленый консервированный, Картофель свежий, Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Яйцо диетическое, Крупа Манная, Сухари панировочные, Масло растительное, Сметана, Сыр с м.д.ж 45%, Соль |
| 2,118 | 2,73 | 18,885 | 87,909 | 30 | Булочка Городская |
| | | | | | Мука пшеничная, Сахар-песок, Масло сливочное, Молоко, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Соль, Сахар-песок, Ванилин, Яйцо диетическое, Масло растительное |
| 4,48 | 4,8 | 16,64 | 127,68 | 160 | Биоогурт фруктовый питьевой |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|-------|------|----------|---------|----------|--|
| | | | | | Ужин 1 с 3-7 ДС |
| 4,205 | 4,17 | 5,705 | 77,195 | 50 | Тефтели мясные с соусом собственного производства |
| | | | | | Говядина котлетная часть с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль, Масло растительное, Мука пшеничная, Томат-паста, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Сахар-песок, Соль |
| 4,45 | 5,09 | 49,18 | 260,316 | 180 | Рис отварной |
| | | | | | Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль |
| 0,27 | 0,06 | 24,41 | 99,26 | 200 | Компот из плодов свежих (апельсин) |
| | | | | | Апельсин, Сахар-песок |
| 1,6 | 0,6 | 10 | 51,8 | 20 | Хлеб из муки пшеничной первого сорта |