

СОГЛАСОВАНО

Директор № 2009

Ф.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

С.И.О.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

ООО "Школьник-ЮЗ"

Мисик М.В.

С.И.О. Мисик М.В.

## МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

13 марта 2018 г.

| Белки                     | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г |   |
|---------------------------|-------|----------|--------|----------|---|
| <b>Завтрак 1 с 3-7 ДС</b> |       |          |        |          |   |
| 10,44                     | 11,24 | 1,95     | 150,68 | 100      | <b>Омлет натуральный, запеченный</b><br>Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное                   |
| 3,9                       | 3,84  | 17,66    | 120,84 | 200      | <b>Кофейный напиток из цикория с молоком</b><br>Молоко, Напиток кофейный цикорий растворимый, Сахар-песок |
| 0,08                      | 8,25  | 0,08     | 74,89  | 10       | <b>Масло коровьесладкосливочное несоленое</b>   |
| 1,6                       | 0,6   | 10       | 51,8   | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>   |

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

| Белки                | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |   |
|----------------------|-------|----------|---------|----------|---|
| <b>Обед с 3-7 ДС</b> |       |          |         |          |   |
| 0,96                 | 6,114 | 5,46     | 80,67   | 60       | <b>Винегрет</b><br>Картофель свежий, Свекла свежая очищенная п/ф, Лимонная кислота, Морковь свежая очищенная п/ф, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Горошек зеленый консервированный, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Лимонная кислота |
| 4,62                 | 3,66  | 12,44    | 101,18  | 200      | <b>Суп с изделиями макаронными (фигурными) группы А на бульоне из птицы</b><br>Макаронные изделия (Вермишель яичная), Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло сливочное, Соль  |
| 15,21                | 14    | 20,61    | 269,208 | 180      | <b>Рагу из мяса птицы</b><br>Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Соль, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Томат-паста, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Мука пшеничная, Масло растительное   |
| 0,28                 | 0,06  | 21,88    | 89,18   | 200      | <b>Напиток из плодов сухих (изюм)</b><br>Сахар-песок, Лимонная кислота, Изюм  |
| 1,6                  | 0,6   | 10       | 51,8    | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>   |
| 1,32                 | 0,22  | 8,2      | 40,06   | 20       | <b>Хлеб ржано-пшеничной</b>   |

| Белки                   | Жиры | Углеводы | Калор.  | Выход, г |   |
|-------------------------|------|----------|---------|----------|---|
| <b>Полдник с 3-7 ДС</b> |      |          |         |          |   |
| 3,67                    | 5,57 | 17,19    | 133,608 | 120      | <b>Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)</b><br>Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное   |
| 2,41                    | 1,94 | 13,67    | 81,792  | 30       | <b>Булочка с изюмом</b><br>Мука пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Изюм, Соль, Яйцо диетическое, Масло растительное |
| 4,64                    | 5,12 | 6,4      | 90,88   | 160      | <b>Кефир</b>  |

| Белки                  | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |  |
|------------------------|------|----------|--------|----------|--|
| <b>Ужин 1 с 3-7 ДС</b> |      |          |        |          |  |
| 6,635                  | 1,06 | 5,6      | 58,51  | 50       | <b>Тефтели рыбные</b><br>Рыба филе Минтая н/к с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль, Масло сливочное  |
| 3,85                   | 7,42 | 13,37    | 135,63 | 180      | <b>Капуста тушеная</b><br>Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Томат-паста, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль, Сахар-песок |
| 0,06                   | 0,02 | 24,1     | 96,78  | 200      | <b>Кисель из клюквы быстрозамороженной</b><br>Клюква б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок  |
| 1,6                    | 0,6  | 10       | 51,8   | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>  |

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

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

Главный технолог \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_

Мисик