

СОГЛАСОВАНО

Директор № 2009

Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО

Директор

ООО "Школьник-ЮЗ"

Савельева И.Б.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

13 сентября 2017 г.

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|---------------------------|-------|----------|---------|----------|---|
| Завтрак 1 с 3-7 ДС | | | | | |
| 5,501 | 8,359 | 25,78 | 200,412 | 180 | Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных) Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное |
| | | 9,99 | 39,96 | 200 | Чай с сахаром Чай черный весовой, Сахар-песок |
| 0,08 | 8,25 | 0,08 | 74,89 | 10 | Масло коровье сладкосливочное несоленое |
| 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 | | | | | |
| 0,98 | 6,05 | 5,78 | 81,498 | 60 | Салат из капусты с растительным маслом Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Лимонная кислота, Сахар-песок, Масло растительное, Соль |
| 5,529 | 4,237 | 14,231 | 117,249 | 190 | Суп картофельный с бобовыми (горох) Картофель свежий, Горох колотый, Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль |
| 1,14 | 0,43 | 7,15 | 37,037 | 10 | Сухарики из хлеба пшеничного |
| 10,61 2 | 2,793 | 10,661 | 110,278 | 70 | Котлеты рубленые из фарша рыбного Рыба филе Трески н/к с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо диетическое, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное |
| 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 | | | | | |
| 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 |
| 4,48 | 4,8 | 16,64 | 127,68 | 160 | Биоогурт фруктовый питьевой |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|------------------------|-------|----------|--------|----------|--|
| Ужин 1 с 3-7 ДС | | | | | |
| 6,13 | 5,64 | 5,82 | 98,535 | 50 | Котлеты рубленые из птицы (цыплята) собственного производства, запеченные с соусом молочным Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль, Молоко, Масло сливочное, Мука пшеничная, Сыр с м.д.ж 45%, Соль |
| 7,596 | 6,426 | 34,272 | 225,36 | 180 | Каша гречневая рассыпчатая Крупа Гречневая, Соль, Масло сливочное |
| 0,52 | 0,04 | 19,2 | 79,14 | 200 | Кисель абрикосовый Курага, Крахмал картофельный, Сахар-песок |
| 1,6 | 0,6 | 10 | 51,8 | 20 | Хлеб из муки пшеничной первого сорта |

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

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