

СОГЛАСОВАНО

Директор № 2009

Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО

Директор

"Школьник-ЮЗ"

Мисик М.В.



МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

20 ноября 2018 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1 (ясли) с 1,5-3 ДС					
8,35	8,99	1,56	120,544	80	Омлет натуральный, запеченный Яйцо диетическое, Молоко, 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
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 (ясли) с 1,5-3 ДС					
0,2	0,2	4,9	22,2	50	Фрукты и ягоды свежие (Яблоко)

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед (ясли) с 1,5-3 ДС					
0,48	3,057	2,73	40,335	30	Винегрет 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
3	2,38	8,09	65,767	130	Суп с изделиями макаронными (фигурными) группы А на бульоне из птицы Макаронные изделия (Вермишель яичная), Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло сливочное, Соль
12,67 1	11,66	17,171	224,34	150	Рагу из мяса птицы 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
0,21	0,05	16,41	66,885	150	Напиток из плодов сухих (изюм) Сахар-песок, Лимонная кислота, Изюм
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 (ясли) с 1,5-3 ДС					
3,06	4,65	14,32	111,34	100	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных) Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное
2,41	1,94	13,67	81,792	30	Булочка с изюмом Мука пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Изюм, Соль, Яйцо диетическое, Масло растительное
4,2	4,48	5,6	79,52	140	Кефир

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Ужин 1 (ясли) с 1,5-3 ДС					
6,635	1,06	5,6	58,51	50	Тефтели рыбные 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	Капуста тушеная Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Томат-паста, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль, Сахар-песок
0,045	0,015	18,075	72,585	150	Кисель из клюквы быстрозамороженной Клюква б/з, 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) 1,5-3					
				100	Вода питьевая детская

	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1 с 3-7 ДС					
1,4	11,24	1,95	150,68	100	Омлет натуральный, запеченный <small>Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное</small>
3,9	3,84	17,66	120,84	200	Кофейный напиток из цикория с молоком <small>Молоко, Напиток кофейный цикорий растворимый, Сахар-песок</small>
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	
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					
0,96	6,114	5,46	80,67	60	Винегрет <small>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</small>
4,62	3,66	12,44	101,18	200	Суп с изделиями макаронными (фигурными) группы А на бульоне из птицы <small>Макаронные изделия (Вермишель яичная), Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло сливочное, Соль</small>
15,21	14	20,61	269,208	180	Рагу из мяса птицы <small>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</small>
0,28	0,06	21,88	89,18	200	Напиток из плодов сухих (изюм) <small>Сахар-песок, Лимонная кислота, Изюм</small>
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					
3,67	5,57	17,19	133,608	120	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных) <small>Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное</small>
2,41	1,94	13,67	81,792	30	Булочка с изюмом <small>Мука пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Изюм, Соль, Яйцо диетическое, Масло растительное</small>
4,64	5,12	6,4	90,88	160	Кефир

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



Главный технолог _____

Зав. производством _____

