

СОГЛАСОВАНО

Директор №2009

Ф.И.О.

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

С.В. Мисик

УТВЕРЖДЕНО

Директор

ООО "Школьник-ЮЗ"

Мисик М.В.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

25 мая 2018 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1 с 3-7 ДС					
10,44	11,24	1,95	150,68	100	Омлет натуральный, запеченный Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное
3,9	3,84	17,66	120,84	200	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 с 3-7 ДС					
0,9	0,2	8,1	37,8	100	Фрукты и ягоды свежие (Апельсин)

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед с 3-7 ДС					
1,72	4,42	6,09	71,07	60	Салат Мозаика Картофель свежий, Горошек зеленый консервированный, Морковь свежая очищенная п/ф, Яйцо диетическое, Соль, Масло растительное
3,98	2,38	6,66	64,04	200	Щи из капусты свежей на бульоне мясном с мелкошинкованными овощами Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Томат-паста, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Сметана
11,62	11,05	5,98	169,883	70	Суфле из отварного мяса (говядина) Говядина тазобедренная часть п/ф, Соль, Молоко, Мука пшеничная, Соль, Яйцо диетическое, Масло растительное
2,97	3,39	32,79	173,544	120	Рис отварной Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль
0,28	0,06	21,88	89,18	200	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 с 3-7 ДС					
9,18	5,93	24,26	187,19	100	Лапшевник с творогом Макаронные изделия (Вермишель яичная), Творог 9%, Сахар-песок, Масло растительное, Сметана, Сухари панировочные, Соль
2,74	1,74	15,24	87,564	30	Булочка Любимая Мука пшеничная, Молоко, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Дрожжи сухие, Соль, Масло сливочное, Масло растительное
6,24	4	6,72	87,84	160	Ряженка

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Ужин 1 с 3-7 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
3,991	4,601	25,9	161,01	180	Пюре картофельное Картофель свежий, Молоко, Масло сливочное, Соль
0,06	0,06	21,35	86,14	200	Компот из плодов свежих Яблоки свежие, Апельсин, Сахар-песок, Лимонная кислота
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