

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 | Плоды 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