

СОГЛАСОВАНО

Директор № 2009

Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО

Директор

ООО "Школьник-ЮЗ"

Мисик М.В.

**МЕНЮ**

За счет бюджета города Москвы

26 октября 2018 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Завтрак 1 (ясли) с 1,5-3 ДС</b>					
3,67	5,57	17,19	133,608	120	<b>Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)</b> Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное
		7,49	29,97	150	<b>Чай с сахаром</b> Чай черный весовой, Сахар-песок
0,08	8,25	0,08	74,89	10	<b>Масло коровье сладкосливочное 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 (ясли) с 1,5-3 ДС</b>					
0,2	0,2	4,9	22,2	50	<b>Фрукты и ягоды свежие (Яблоко)</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Обед (ясли) с 1,5-3 ДС</b>					
0,426	3,024	2,493	38,895	30	<b>Салат из свеклы с растительным маслом</b> Свекла свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль
1,37	3,32	7,21	64,168	130	<b>Суп крестьянский с крупой (крупа перловая)</b> Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Крупа Перловая, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Сметана
7,58	2	7,615	78,77	50	<b>Котлеты рубленые из фарша рыбного</b> Рыба филе Минтая н/к с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо диетическое, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное
2,1	2,07	16,97	94,85	100	<b>Картофель отварной</b> Картофель свежий, Масло сливочное, Соль
0,75	0,15	15,15	64,95	150	<b>Сок фруктовый</b>
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 (ясли) с 1,5-3 ДС</b>					
3,62	3,77	21,24	133,376	80	<b>Пудинг манный</b> Крупа Манная, Молоко, Соль, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Сухари панировочные, Сметана
0,016	0,002	1,27	5,161	5	<b>Соус абрикосовый</b> Повидло (джем) абрикос, Мука пшеничная, Лимонная кислота, Сахар-песок
4,2	4,48	5,6	79,52	140	<b>Кефир</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Ужин 1 (ясли) с 1,5-3 ДС</b>					
0,33	0,06	1,14	6,42	30	<b>Помидоры свежие</b>
16,9	15,55	22,89	299,12	200	<b>Рагу из мяса птицы</b> 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
0,341	0,11	21,83	89,715	150	<b>Напиток витаминный</b> Шиповник, Сахар-песок, Изюм
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) 1,5-3</b>					
				100	<b>Вода питьевая детская</b>

Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Завтрак 1 с 3-7 ДС</b>				
8,359	25,78	200,412	180	<b>Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)</b> Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное
	9,99	39,96	200	<b>Чай с сахаром</b> Чай черный весовой, Сахар-песок
0,08	8,25	0,08	74,89	10 <b>Масло коровье сладкосливочное 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	0,32	7,84	35,52	80	<b>Плоды и ягоды свежие (Яблоко)</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Обед с 3-7 ДС</b>					
0,852	6,048	4,986	77,79	60	<b>Салат из свеклы с растительным маслом</b> Свекла свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль
2,1	5,11	11,09	98,72	200	<b>Суп крестьянский с крупой (крупа перловая)</b> Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Крупа Перловая, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Сметана
10,61 2	2,793	10,661	110,278	70	<b>Котлеты рубленые из фарша рыбного</b> Рыба филе Минтая н/к с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо диетическое, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное
2,52	2,484	20,364	113,82	120	<b>Картофель отварной</b> Картофель свежий, Масло сливочное, Соль
0,75	0,15	15,15	64,95	150	<b>Сок фруктовый</b>
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>					
4,52	4,72	26,55	166,72	100	<b>Пудинг манный</b> Крупа Манная, Молоко, Соль, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Сухари панировочные, Сметана
0,016	0,002	1,27	5,161	5	<b>Соус абрикосовый</b> Повидло (джем) абрикос, Мука пшеничная, Лимонная кислота, Сахар-песок
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>					
0,33	0,06	1,14	6,42	30	<b>Помидоры свежие</b>
16,9	15,55	22,89	299,12	200	<b>Рагу из мяса птицы</b> 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
0,46	0,15	29,11	119,62	200	<b>Напиток витаминный</b> Шиповник, Сахар-песок, Изюм
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

