

СОГЛАСОВАНО

Директор № 2009

Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

ООО "Школьник-ЮЗ"

Мисик М.В.



## МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

3 августа 2018 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Завтрак 1 с 3-7 ДС</b>					
<b>Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)</b>					
5,501	8,359	25,78	200,412	180	Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное
<b>Чай с сахаром</b>					
		9,99	39,96	200	Чай черный весовой, Сахар-песок
<b>Масло коровье сладкосливочное несоленое</b>					
0,08	8,25	0,08	74,89	10	
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>					
1,6	0,6	10	51,8	20	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Завтрак 2 с 3-7 ДС</b>					
<b>Фрукты и ягоды свежие (Яблоко)</b>					
0,32	0,32	7,84	35,52	80	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Обед с 3-7 ДС</b>					
<b>Салат из свеклы с растительным маслом</b>					
0,852	6,048	4,986	77,79	60	Свекла свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль
<b>Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)</b>					
2,1	5,11	11,09	98,72	200	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
<b>Котлеты рубленые из фарша рыбного</b>					
10,61 2	2,793	10,661	110,278	70	Рыба филе Минтая н/к с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо диетическое, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное
<b>Картофель отварной</b>					
2,52	2,484	20,364	113,82	120	Картофель свежий, Масло сливочное, Соль
<b>Сок фруктовый</b>					
0,75	0,15	15,15	64,95	150	
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>					
1,6	0,6	10	51,8	20	
<b>Хлеб ржано-пшеничной</b>					
1,32	0,22	8,2	40,06	20	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Полдник с 3-7 ДС</b>					
<b>Пудинг манный</b>					
4,52	4,72	26,55	166,72	100	Крупа Манная, Молоко, Соль, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Сухари панировочные, Сметана
<b>Соус абрикосовый</b>					
0,016	0,002	1,27	5,161	5	Повидло (джем) абрикос, Мука пшеничная, Лимонная кислота, Сахар-песок
<b>Кефир</b>					
4,64	5,12	6,4	90,88	160	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Ужин 1 с 3-7 ДС</b>					
<b>Помидоры свежие</b>					
0,33	0,06	1,14	6,42	30	
<b>Рагу из мяса птицы</b>					
16,9	15,55	22,89	299,12	200	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
<b>Напиток витаминный</b>					
0,46	0,15	29,11	119,62	200	Шиповник, Сахар-песок, Изюм
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>					
1,6	0,6	10	51,8	20	

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

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

Главный технолог \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_