

СОГЛАСОВАНО

Директор № 2009

Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

ООО "Школьник-ЮЗ"

Мисик М.В.



## МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

3 декабря 2018 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					<b>Завтрак 1 (ясли) с 1,5-3 ДС</b>
4,67	4,38	24,15	154,728	120	<b>Каша пшеничная молочная</b> Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль
0,03		7,58	30,465	150	<b>Чай с лимоном</b> Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон
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
3,61	2,89	7,38	70,005	130	<b>Уха ростовская</b> Рыба филе Минтая б/к с/м, Картофель свежий, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Помидоры
12,67 1	11,66	17,171	224,34	150	<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
0,21	0,05	20,91	84,855	150	<b>Компот из плодов сухих</b> Изюм, Чернослив, Сахар-песок, Лимонная кислота
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>
4,28	3,456	15,472	110,136	80	<b>Макаронные изделия, запеченные с яйцом</b> Макаронные изделия, Масло сливочное, Яйцо диетическое, Молоко, Соль
1,46	3,58	18,42	111,74	20	<b>Печенье</b>
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>
7,98	6,38	6,25	114,275	50	<b>Фрикадельки мясные паровые собственного производства</b> Говядина котлетная часть с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль
3,78	3,726	30,546	170,73	180	<b>Картофель отварной</b> Картофель свежий, Масло сливочное, Соль
0,045	0,045	16,02	64,605	150	<b>Напиток яблочный</b> Яблоки свежие, Сахар-песок, Лимонная кислота
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>				
99	6,57	36,23	232,092	180
<b>Каша пшеничная молочная</b>				
<small>Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль</small>				
0,04		10,11	40,62	200
<b>Чай с лимоном</b>				
<small>Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон</small>				
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>Фрукты 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>					
<small>Свекла свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль</small>					
5,56	4,45	11,36	107,7	200	
<b>Уха ростовская</b>					
<small>Рыба филе Минтая б/к с/м, Картофель свежий, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Помидоры</small>					
15,21	14	20,61	269,208	180	
<b>Рагу из мяса птицы</b>					
<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	27,88	113,14	200	
<b>Компот из плодов сухих</b>					
<small>Изюм, Чернослив, Сахар-песок, Лимонная кислота</small>					
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>					
5,35	4,32	19,34	137,67	100	
<b>Макаронные изделия, запеченные с яйцом</b>					
<small>Макаронные изделия, Масло сливочное, Яйцо диетическое, Молоко, Соль</small>					
1,46	3,58	18,42	111,74	20	
<b>Печенье</b>					
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>					
7,98	6,38	6,25	114,275	50	
<b>Фрикадельки мясные паровые собственного производства</b>					
<small>Говядина котлетная часть с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль</small>					
3,78	3,726	30,546	170,73	180	
<b>Картофель отварной</b>					
<small>Картофель свежий, Масло сливочное, Соль</small>					
0,06	0,06	21,36	86,14	200	
<b>Напиток яблочный</b>					
<small>Яблоки свежие, Сахар-песок, Лимонная кислота</small>					
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

