

СОГЛАСОВАНО

Директор №2009

Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

ООО "Школьник-ЮЗ"

Мисик М.В.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

10 августа 2018 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1 с 3-7 ДС					
<i>Запеканка из творога</i>					
17,96	11,43	20,14	255,25	100	Творог 9%, Крупа Манная, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Соль, Сухари панировочные, Сметана
<i>Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности</i>					
0,72	0,85	5,55	32,73	10	
<i>Кофейный напиток из цикория с молоком</i>					
3,9	3,84	17,66	120,84	200	Молоко, Напиток кофейный цикорий растворимый, Сахар-песок
<i>Масло коровье сладкосливочное несоленое</i>					
0,08	8,25	0,08	74,89	10	
<i>Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45%</i>					
2,32	2,95		35,83	10	
<i>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</i>					
1,6	0,6	10	51,8	20	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 2 с 3-7 ДС					
<i>Фрукты и ягоды свежие (Груша)</i>					
0,32	0,24	8,24	36,4	80	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед с 3-7 ДС					
<i>Салат из отварного картофеля свежего огурца и зеленого салата</i>					
1,05	4,4	8,03	75,948	60	Картофель свежий, Огурцы свежие, Капуста Пекинская (Салат Китайский), Масло растительное, Соль
<i>Рассольник ленинградский</i>					
2,06	3,22	13,82	92,36	200	Картофель свежий, Крупа Перловая, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Масло растительное, Соль, Сметана
<i>Печень по-строгановски</i>					
10,45	7,42	2,92	118,587	70	Печень говяжья с/м, Томат-паста, Сметана, Соль, Масло сливочное, Мука пшеничная, Соль
<i>Изделия макаронные отварные</i>					
4,42	3,49	28,2	161,904	120	Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное
<i>Сок фруктовый</i>					
0,75	0,15	15,15	64,95	150	
<i>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</i>					
1,6	0,6	10	51,8	20	
<i>Хлеб ржано-пшеничной</i>					
1,32	0,22	8,2	40,06	20	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Полдник с 3-7 ДС					
<i>Оладьи</i>					
7,39	6,98	43,45	266,18	100	Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное
<i>Повидло</i>					
		3,3	13,2	5	
<i>Биоогурт фруктовый питьевой</i>					
4,48	4,8	16,64	127,68	160	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Ужин 1 с 3-7 ДС					
<i>Гуляш из отварной птицы</i>					
7,07	5,945	0,8	84,965	50	Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Масло сливочное, Мука пшеничная, Томат-паста, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль
<i>Свекла тушеная</i>					
3,17	5,99	16,819	133,866	180	Свекла свежая очищенная п/ф, Масло сливочное, Сметана, Соль
<i>Компот из плодов свежих</i>					
0,06	0,06	21,35	86,14	200	Яблоки свежие, Апельсин, Сахар-песок, Лимонная кислота
<i>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</i>					
1,6	0,6	10	51,8	20	