

СОГЛАСОВАНО

Директор № 2009

Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО

Директор

ООО "Школьник-ЮЗ"

Мисик М.В.



МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

10 октября 2018 г.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед (ясли) с 1,5-3 ДС					
0,49	3,03	2,89	40,749	30	Салат из капусты с растительным маслом Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Лимонная кислота, Сахар-песок, Масло растительное, Соль
3,492	2,676	8,988	74,052	120	Суп картофельный с бобовыми (горох) Картофель свежий, Горох колотый, Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль
1,14	0,43	7,15	37,037	10	Сухарики из хлеба пшеничного
10,61 2	2,793	10,661	110,278	70	Котлеты рубленые из фарша рыбного Рыба филе Минтая н/к с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо диетическое, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное
1,84	1,45	11,75	67,46	50	Изделия макаронные отварные Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное
0,075	0,015	12,945	52,215	150	Напиток вишневый Вишня б/з, Сахар-песок
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 (ясли) с 1,5-3 ДС					
7,39	6,98	43,45	266,18	100	Оладьи Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное
		3,3	13,2	5	Повидло
4,2	4,48	5,6	79,52	140	Биокефир

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Ужин 1 (ясли) с 1,5-3 ДС					
6,13	5,64	5,82	98,535	50	Котлеты рубленые из птицы (цыплята) собственного производства, запеченные с соусом молочным Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль, Молоко, Масло сливочное, Мука пшеничная, Сыр с м.д.ж 45%, Соль
7,596	6,426	34,272	225,36	180	Каша гречневая рассыпчатая Крупа Гречневая, Соль, Масло сливочное
0,39	0,03	14,4	59,355	150	Кисель абрикосовый Курага, Крахмал картофельный, Сахар-песок
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) 1,5-3					
				100	Вода питьевая детская

Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1 с 3-7 ДС				
5,501	8,359	25,78	200,412	180
Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)				
		9,99	39,96	200
Чай с сахаром				
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					
0,32	0,32	7,84	35,52	80	
Фрукты и ягоды свежие (Яблоко)					

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед с 3-7 ДС					
0,98	6,05	5,78	81,498	60	
Салат из капусты с растительным маслом					
5,529	4,237	14,231	117,249	190	
Суп картофельный с бобовыми (горох)					
1,14	0,43	7,15	37,037	10	
Сухарики из хлеба пшеничного					
10,61 2	2,793	10,661	110,278	70	
Котлеты рубленые из фарша рыбного					
4,42	3,49	28,2	161,904	120	
Изделия макаронные отварные					
0,1	0,02	17,26	69,62	200	
Напиток вишневый					
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					
7,39	6,98	43,45	266,18	100	
Оладьи					
		3,3	13,2	5	
Повидло					
4,48	4,8	16,64	127,68	160	
Биоогурт фруктовый питьевой					

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Ужин 1 с 3-7 ДС					
6,13	5,64	5,82	98,535	50	
Котлеты рубленые из птицы (цыпленка) собственного производства, запеченные с соусом молочным					
7,596	6,426	34,272	225,36	180	
Каша гречневая рассыпчатая					
0,52	0,04	19,2	79,14	200	
Кисель абрикосовый					
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 _____