

СОГЛАСОВАНО

Директор № 2009

Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО

Директор

ООО "Школьник-ЮЗ"

Мисик М.В.



МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

23 августа 2018 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Завтрак 1 с 3-7 ДС
					<i>Омлет натуральный, запеченный</i>
10,44	11,24	1,95	150,68	100	Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное
					<i>Какао на молоке</i>
3,67	3,48	14,63	104,52	200	Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко
					<i>Масло коровье сладкосливочное несоленое</i>
0,08	8,25	0,08	74,89	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 витаминный с маслом растительным</i>
0,864	6,048	5,73	80,79	60	Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Сахар-песок, Лимонная кислота, Соль, Масло растительное
					<i>Суп картофельный с бобовыми (горох)</i>
5,529	4,237	14,231	117,249	190	Картофель свежий, Горох колотый, Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль
					<i>Сухарики из хлеба пшеничного</i>
1,14	0,43	7,15	37,037	10	
					<i>Котлеты рубленые из фарша рыбного</i>
10,61	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
					<i>Рис отварной</i>
2,97	3,39	32,79	173,544	120	Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль
					<i>Сок фруктовый</i>
0,75	0,15	15,15	64,95	150	
					<i>Хлеб ржано-пшеничной</i>
1,32	0,22	8,2	40,06	20	
					<i>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</i>
1,6	0,6	10	51,8	20	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Полдник с 3-7 ДС
					<i>Запеканка со свежими фруктами</i>
4,56	4,49	23,92	154,3	100	Крупа Пшено, Молоко, Соль, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Сухари панировочные, Яблоки свежие, Сметана
					<i>Булочка с изюмом</i>
2,41	1,94	13,67	81,792	30	Мука пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Изюм, Соль, Яйцо диетическое, Масло растительное
					<i>Ряженка</i>
6,24	4	6,72	87,84	160	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Ужин 1 с 3-7 ДС
					<i>Огурцы консервированные без уксуса</i>
0,24	0,009	0,153	3,27	30	
					<i>Макаронные изделия, запеченные с сыром</i>
10,91	8,33	48,96	314,48	200	Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль, Сыр с м.д.ж 45%
					<i>Компот из фруктов 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	

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

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

Главный технолог

Зав. производством