

СОГЛАСОВАНО

Директор № 2009

Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

ООО "Школьник-ЮЗ"

Мисик М.В.



## МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

17 января 2019 г.

| Белки                              | Жиры   | Углеводы | Калор.  | Выход, г |   |
|------------------------------------|--------|----------|---------|----------|---|
| <b>Завтрак 1 (ясли) с 1,5-3 ДС</b> |        |          |         |          |   |
| 9,04                               | 11,376 | 1,36     | 143,928 | 80       | <b>Омлет с сыром запеченный</b><br>Яйцо диетическое, Молоко, Сыр с м.д.ж 45%, Соль, Масло сливочное |
| 2,75                               | 2,61   | 10,97    | 78,39   | 150      | <b>Какао на молоке</b><br>Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко  |
| 0,08                               | 8,25   | 0,08     | 74,89   | 10       | <b>Масло коровьесладкосливочное несоленое</b><br>Масло сливочное шт                                 |
| 1,6                                | 0,6    | 10       | 51,8    | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке                             |

| 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><br>Яблоки свежие |

| Белки                         | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |   |
|-------------------------------|-------|----------|---------|----------|---|
| <b>Обед (ясли) с 1,5-3 ДС</b> |       |          |         |          |   |
| 0,86                          | 2,21  | 3,04     | 35,535  | 30       | <b>Салат Мозаика</b><br>Картофель свежий, Горошек зеленый консервированный, Морковь свежая очищенная п/ф, Яйцо диетическое, Соль, Масло растительное  |
| 2,6                           | 4,329 | 6,266    | 74,464  | 130      | <b>Суп из овощей на курином бульоне</b><br>Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Сметана, Масло сливочное, Соль |
| 9,898                         | 8,323 | 1,12     | 118,951 | 70       | <b>Гуляш из отварной птицы</b><br>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         |
| 1,84                          | 1,45  | 11,75    | 67,46   | 50       | <b>Изделия макаронные отварные</b><br>Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное   |
| 0,075                         | 0,015 | 12,945   | 52,215  | 150      | <b>Напиток вишневый</b><br>Вишня б/з, Сахар-песок   |
| 1,6                           | 0,6   | 10       | 51,8    | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке   |
| 1,32                          | 0,22  | 8,2      | 40,06   | 20       | <b>Хлеб ржано-пшеничной</b><br>Хлеб ржано-пшеничный в нарезке   |

| Белки                            | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г |   |
|----------------------------------|-------|----------|--------|----------|---|
| <b>Полдник (ясли) с 1,5-3 ДС</b> |       |          |        |          |   |
| 2,792                            | 2,224 | 6,624    | 57,656 | 80       | <b>Запеканка овощная</b><br>Горошек зеленый консервированный, Картофель свежий, Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Яйцо диетическое, Крупа Манная, Сухари панировочные, Масло растительное, Сметана, Сыр с м.д.ж 45%, Соль |
| 2,45                             | 2,11  | 14,79    | 87,909 | 30       | <b>Булочка Городская</b><br>Мука пшеничная, Сахар-песок, Масло сливочное, Молоко, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Соль, Сахар-песок, Ванилин, Яйцо диетическое, Масло растительное  |
| 4,34                             | 4,48  | 6,58     | 83,44  | 140      | <b>Молоко ультрапастеризованное</b><br>Молоко   |

| Белки                           | Жиры | Углеводы | Калор.  | Выход, г |  |
|---------------------------------|------|----------|---------|----------|--|
| <b>Ужин 1 (ясли) с 1,5-3 ДС</b> |      |          |         |          |  |
| 4,205                           | 4,17 | 5,705    | 77,195  | 50       | <b>Тефтели мясные с соусом собственного производства</b><br>Говядина котлетная часть с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль, Масло растительное, Мука пшеничная, Томат-паста, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Сахар-песок, Соль |
| 4,45                            | 5,09 | 49,18    | 260,316 | 180      | <b>Рис отварной</b><br>Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль  |
| 0,2                             | 0,05 | 18,311   | 74,445  | 150      | <b>Компот из плодов свежих (апельсин)</b><br>Апельсин, Сахар-песок   |
| 1,6                             | 0,6  | 10       | 51,8    | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке  |

| Белки   | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |   |
|---|------|----------|--------|----------|---|
| <b>Вода питьевая детская (на весь день) 1,5-3</b> |      |          |        |          |   |
|   |      |          |        | 100      | <b>Вода питьевая детская</b><br>Вода питьевая детская |



| Жиры                      | Углеводы | Калор. | Выход, г |   |   |
|---------------------------|----------|--------|----------|---|---|
| <b>Завтрак 1 с 3-7 ДС</b> |          |        |          |   |   |
| 14,22                     | 1,7      | 179,91 | 100      | <b>Омлет с сыром запеченный</b><br>Яйцо диетическое, Молоко, Сыр с м.д.ж 45%, Соль, Масло сливочное |   |
| 67                        | 3,48     | 14,63  | 200      | <b>Какао на молоке</b><br>Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко  |   |
| 0,08                      | 8,25     | 0,08   | 74,89    | 10  | <b>Масло коровьесладкосливочное несоленое</b><br>Масло сливочное шт     |
| 1,6                       | 0,6      | 10     | 51,8     | 20  | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке |

| 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><br>Яблоки свежие |

| Белки                | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |   |
|----------------------|-------|----------|---------|----------|---|
| <b>Обед с 3-7 ДС</b> |       |          |         |          |   |
| 1,72                 | 4,42  | 6,09     | 71,07   | 60       | <b>Салат Мозаика</b><br>Картофель свежий, Горошек зеленый консервированный, Морковь свежая очищенная п/ф, Яйцо диетическое, Соль, Масло растительное  |
| 4                    | 6,66  | 9,64     | 114,56  | 200      | <b>Суп из овощей на курином бульоне</b><br>Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Сметана, Масло сливочное, Соль |
| 9,898                | 8,323 | 1,12     | 118,951 | 70       | <b>Гуляш из отварной птицы</b><br>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         |
| 4,42                 | 3,49  | 28,2     | 161,904 | 120      | <b>Изделия макаронные отварные</b><br>Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное   |
| 0,1                  | 0,02  | 17,26    | 69,62   | 200      | <b>Напиток вишневый</b><br>Вишня б/з, Сахар-песок   |
| 1,6                  | 0,6   | 10       | 51,8    | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке   |
| 1,32                 | 0,22  | 8,2      | 40,06   | 20       | <b>Хлеб ржано-пшеничной</b><br>Хлеб ржано-пшеничный в нарезке   |

| Белки                   | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |   |
|-------------------------|------|----------|--------|----------|---|
| <b>Полдник с 3-7 ДС</b> |      |          |        |          |   |
| 3,49                    | 2,78 | 8,28     | 72,07  | 100      | <b>Запеканка овощная</b><br>Горошек зеленый консервированный, Картофель свежий, Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Яйцо диетическое, Крупа Манная, Сухари панировочные, Масло растительное, Сметана, Сыр с м.д.ж 45%, Соль |
| 2,45                    | 2,11 | 14,79    | 87,909 | 30       | <b>Булочка Городская</b><br>Мука пшеничная, Сахар-песок, Масло сливочное, Молоко, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Соль, Сахар-песок, Ванилин, Яйцо диетическое, Масло растительное  |
| 4,8                     | 5,12 | 7,52     | 95,36  | 160      | <b>Молоко ультрапастеризованное</b><br>Молоко   |

| Белки                  | Жиры | Углеводы | Калор.  | Выход, г |  |
|------------------------|------|----------|---------|----------|--|
| <b>Ужин 1 с 3-7 ДС</b> |      |          |         |          |  |
| 4,205                  | 4,17 | 5,705    | 77,195  | 50       | <b>Тефтели мясные с соусом собственного производства</b><br>Говядина котлетная часть с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль, Масло растительное, Мука пшеничная, Томат-паста, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Сахар-песок, Соль |
| 4,45                   | 5,09 | 49,18    | 260,316 | 180      | <b>Рис отварной</b><br>Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль  |
| 0,27                   | 0,06 | 24,41    | 99,26   | 200      | <b>Компот из плодов свежих (апельсин)</b><br>Апельсин, Сахар-песок   |
| 1,6                    | 0,6  | 10       | 51,8    | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке  |

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

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

Главный технолог 

Зав. производством 