

СОГЛАСОВАНО

Директор № 1948

Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

ООО "Школьник-ЮЗ"

Мисик М.В.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

24 сентября 2020 г.

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|-------|-------|----------|--------|----------|--|
| | | | | | Завтрак 1 (ясли) с 1,5-3 ДС |
| 17,96 | 11,43 | 20,14 | 255,25 | 100 | Запеканка из творога Творог 9%, Крупа Манная, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Соль, Сухари панировочные, Сметана |
| 0,006 | 0,002 | 5,285 | 21,188 | 10 | Соус клюквенный Клюква б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок |
| 2,75 | 2,61 | 10,97 | 78,39 | 150 | Какао на молоке Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко |
| 0,08 | 8,25 | 0,08 | 74,89 | 10 | Масло коровьесладкосливочное несоленое Масло сливочное шт |
| 2,32 | 2,95 | | 35,83 | 10 | Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45% Сыр с м.д.ж 45% |
| 1,6 | 0,6 | 10 | 51,8 | 20 | Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|-------|------|----------|--------|----------|--|
| | | | | | Завтрак 2 (ясли) с 1,5-3 ДС |
| 0,2 | 0,15 | 5,15 | 22,75 | 50 | Фрукты и ягоды свежие (Груша) Груши свежие |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|-------|-------|----------|---------|----------|---|
| | | | | | Обед (ясли) с 1,5-3 ДС |
| 0,21 | 3,62 | 0,66 | 36,09 | 30 | Салат из свежих огурцов с растительным маслом Огурцы свежие, Масло растительное, Соль |
| 2,6 | 4,329 | 6,266 | 74,464 | 130 | Суп из овощей на курином бульоне 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 | Гуляш из отварной птицы 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 | Изделия макаронные отварные Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное |
| 0,07 | 0,02 | 12,94 | 52,22 | 150 | Напиток вишневый Вишня б/з, Сахар-песок |
| 1,6 | 0,6 | 10 | 51,8 | 20 | Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке |
| 1,32 | 0,22 | 8,2 | 40,06 | 20 | Хлеб ржано-пшеничный Хлеб ржано-пшеничный в нарезке |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|-------|-------|----------|--------|----------|---|
| | | | | | Полдник (ясли) с 1,5-3 ДС |
| 2,792 | 2,224 | 6,624 | 57,656 | 80 | Запеканка овощная 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 | Булочка Городская Мука пшеничная, Сахар-песок, Масло сливочное, Молоко, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Соль, Сахар-песок, Ванилин, Яйцо диетическое, Масло растительное |
| 4,2 | 4,48 | 5,6 | 79,52 | 140 | Кефир Кефир |

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

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|---|-------|----------|--------|----------|--|
| Завтрак 1 с 3-7 ДС | | | | | |
| 17,96 | 11,43 | 20,14 | 255,25 | 100 | Запеканка из творога |
| Творог 9%, Крупа Манная, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Соль, Сухари панировочные, Сметана | | | | | |
| 0,006 | 0,002 | 5,285 | 21,188 | 10 | Соус клюквенный |
| Клюква б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок | | | | | |
| 3,67 | 3,48 | 14,63 | 104,52 | 200 | Какао на молоке |
| Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко | | | | | |
| 0,08 | 8,25 | 0,08 | 74,89 | 10 | Масло коровьесладкосливочное несоленое |
| Масло сливочное шт | | | | | |
| 2,32 | 2,95 | | 35,83 | 10 | Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45% |
| Сыр с м.д.ж 45% | | | | | |
| 1,6 | 0,6 | 10 | 51,8 | 20 | Хлеб из муки пшеничной первого сорта |
| Хлеб пшеничный в нарезке | | | | | |

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

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|---|-------|----------|---------|----------|--|
| Обед с 3-7 ДС | | | | | |
| 0,42 | 7,25 | 1,32 | 72,18 | 60 | Салат из свежих огурцов с растительным маслом |
| Огурцы свежие, Масло растительное, Соль | | | | | |
| 4 | 6,66 | 9,64 | 114,56 | 200 | Суп из овощей на курином бульоне |
| 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 | Гуляш из отварной птицы |
| 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 | Изделия макаронные отварные |
| Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное | | | | | |
| 0,1 | 0,02 | 17,26 | 69,62 | 200 | Напиток вишневый |
| Вишня б/з, Сахар-песок | | | | | |
| 1,6 | 0,6 | 10 | 51,8 | 20 | Хлеб из муки пшеничной первого сорта |
| Хлеб пшеничный в нарезке | | | | | |
| 1,32 | 0,22 | 8,2 | 40,06 | 20 | Хлеб ржано-пшеничной |
| Хлеб ржано-пшеничный в нарезке | | | | | |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|---|------|----------|--------|----------|--------------------------|
| Полдник с 3-7 ДС | | | | | |
| 3,49 | 2,78 | 8,28 | 72,07 | 100 | Запеканка овощная |
| 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 | Булочка Городская |
| Мука пшеничная, Сахар-песок, Масло сливочное, Молоко, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Соль, Сахар-песок, Ванилин, Яйцо диетическое, Масло растительное | | | | | |
| 4,64 | 5,12 | 6,4 | 90,88 | 160 | Кефир |
| Кефир 3,2% | | | | | |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|--|------|----------|---------|----------|--|
| Ужин 1 с 3-7 ДС | | | | | |
| 4,205 | 4,17 | 5,705 | 77,195 | 50 | Тефтели мясные с соусом собственного производства |
| 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 | Рис отварной |
| Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль | | | | | |
| 0,27 | 0,06 | 24,41 | 99,26 | 200 | Компот из плодов свежих (апельсин) |
| Апельсин, Сахар-песок | | | | | |
| 1,6 | 0,6 | 10 | 51,8 | 20 | Хлеб из муки пшеничной первого сорта |
| Хлеб пшеничный в нарезке | | | | | |

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

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

Главный технолог _____

Зав. производством _____


