

СОГЛАСОВАНО

Директор  
Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО

Директор  
ООО "Школьник-ЮЗ"

## МЕНЮ

за счёт бюджетных средств города Москвы

25 сентября 2017 г.

| Белки                     | Жиры | Углеводы | Калор.  | Выход, г |  |
|---------------------------|------|----------|---------|----------|--|
| <b>Завтрак 1 с 3-7 дс</b> |      |          |         |          |  |
| 7,099                     | 6,57 | 36,23    | 232,092 | 180      | <b>Каша пшеничная молочная</b><br><small>Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль</small> |
|                           |      | 9,99     | 39,96   | 200      | <b>Чай с сахаром</b><br><small>Чай черный весовой, Сахар-песок</small>                                   |
| 2,32                      | 2,95 |          | 35,63   | 10       | <b>Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45%</b>                 |
| 1,6                       | 0,6  | 10       | 51,8    | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>  |

| Белки                     | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |                                      |
|---------------------------|------|----------|--------|----------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 2 с 3-7 дс</b> |      |          |        |          |                                      |
| 0,32                      | 0,24 | 8,24     | 36,4   | 60       | <b>Фрукты и ягоды свежие (Груша)</b> |

| Белки                | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |   |
|----------------------|-------|----------|---------|----------|---|
| <b>Обед с 3-7 дс</b> |       |          |         |          |   |
| 0,73                 | 4,25  | 3,89     | 56,772  | 60       | <b>Салат из моркови с растительным маслом</b><br><small>Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное</small>  |
| 3,12                 | 4,38  | 12,42    | 101,6   | 200      | <b>Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на мясном бульоне</b><br><small>Картофель свежий, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль, Фасоль сухая</small> |
| 11,35                | 10,44 | 2,08     | 147,623 | 70       | <b>Гуляш из отварного мяса</b><br><small>Говядина тазобедренная часть п/ф, Соль, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Томат-паста, Масло сливочное, Мука пшеничная</small>    |
| 4,42                 | 3,49  | 28,2     | 161,904 | 120      | <b>Изделия макаронные отварные</b><br><small>Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное</small>  |
| 0,75                 | 0,15  | 15,15    | 64,95   | 150      | <b>Сок фруктовый</b>  |
| 1,6                  | 0,6   | 10       | 51,8    | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>   |
| 1,32                 | 0,22  | 8,2      | 40,06   | 20       | <b>Хлеб ржано-пшеничной</b>   |

| Белки                   | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |   |
|-------------------------|------|----------|--------|----------|---|
| <b>Полдник с 3-7 дс</b> |      |          |        |          |   |
| 7,39                    | 6,98 | 43,45    | 266,18 | 100      | <b>Оладьи</b><br><small>Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное</small> |
|                         |      | 3,3      | 13,2   | 5        | <b>Повидло</b>  |
| 4,64                    | 5,12 | 6,08     | 88,96  | 160      | <b>Ацидофилин</b>   |

| Белки                  | Жиры | Углеводы | Калор.  | Выход, г |   |
|------------------------|------|----------|---------|----------|---|
| <b>Ужин 1 с 3-7 дс</b> |      |          |         |          |   |
| 8,32                   | 7,67 | 6,72     | 129,225 | 50       | <b>Биточки рубленые куриные</b><br><small>Мясо кур (грудь без кожи, голень грудка) см, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Соль, Масло растительное</small> |
| 4,1                    | 5,27 | 33,109   | 196,236 | 180      | <b>Картофель отварной, запеченый со сливочным маслом</b><br><small>Картофель свежий, Масло сливочное, Соль</small>  |
| 0,13                   | 0,01 | 22,4     | 90,22   | 200      | <b>Компот из плодов свежих (лимон)</b><br><small>Лимон, Сахар-песок</small>   |
| 1,6                    | 0,6  | 10       | 51,8    | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>   |

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

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

Главный технолог

Зав. производством