



УТВЕРЖДЕНО  
Руководитель направления  
ООО "ШЮЗ"  
Осипов И.А.



## МЕНЮ (Льготное) 11 февраля 2025 г.

| Белки | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г | ЗАВТРАК С 1-4 кл   | 144,05 р. |
|-------|-------|----------|--------|----------|--|-----------|
| 12,93 | 13,91 | 1,45     | 182,91 | 100      | <b>Фритатта с сыром и ветчиной</b><br>Яйцо куриное пищевое С1, Молоко, Ветчина детская, Сыр с м.д.ж 45%, Соль, Масло сливочное |           |
| 0,00  | 0,00  | 0,00     | 0,00   | 200      | <b>Чай*</b><br>Чай черный весовой  |           |
| 0,00  | 0,00  | 9,99     | 39,9   | 10       | <b>Сахар порционный*</b><br>Сахар порционный 5 гр  |           |
| 3,67  | 3,48  | 12,63    | 97,48  | 200      | <b>Какао на молоке*</b><br>Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко  |           |
| 0,03  | 0,00  | 0,09     | 1,02   | 3        | <b>Лимон*</b><br>Лимон   |           |
| 4,08  | 11,44 | 32,11    | 248,02 | 60       | <b>Маффин</b><br>Маффин  |           |
| 7,5   | 2,9   | 51,4     | 262    | 0        | <b>Хлебная корзина**</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке   |           |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор.  | Выход, г | ОБЕД С 1-4 кл  | 246,54 р. |
|-------|------|----------|---------|----------|--|-----------|
| 0,28  | 0,05 | 0,95     | 6       | 25       | <b>Помидоры свежие</b><br>Помидоры   |           |
| 0,38  | 0,05 | 0,5      | 4       | 25       | <b>Пекинская капуста</b><br>Капуста Пекинская (Салат Китайский)                      |           |
| 0,2   | 0,03 | 0,63     | 3,5     | 25       | <b>Огурцы свежие</b><br>Огурцы свежие  |           |
| 0,00  | 9,99 | 0,00     | 89,9    | 10       | <b>Масло растительное</b><br>Масло растительное                                      |           |
| 0,45  | 0,11 | 0,08     | 3,11    | 150      | <b>Бульон куриный с зеленью</b><br>Бульон куриный                                    |           |
| 2,04  | 2,61 | 8,51     | 65,47   | 150      | <b>Солянка</b><br>Солянка, Сметана   |           |
| 2,15  | 0,83 | 14,7     | 74,93   | 20       | <b>Гренки*</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке   |           |
| 10,72 | 4,24 | 5,44     | 102,8   | 80       | <b>Фишболы</b><br>Фишболы  |           |
| 0,23  | 0,00 | 3,19     | 13,75   | 20       | <b>Соус томатный</b><br>Соус томатный  |           |
| 1,976 | 1,6  | 21,856   | 105,208 | 80       | <b>Рис отварной</b><br>Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль                          |           |
| 0,01  | 0,04 | 8,83     | 35,52   | 200      | <b>Компот ягодный (клубничный)*</b><br>Клубника б/з, Сахар-песок, Лимонная кислота   |           |
| 0,00  | 0,00 | 0,00     | 0,00    | 200      | <b>Чай*</b><br>Чай черный весовой  |           |
| 0,00  | 0,00 | 9,99     | 39,9    | 10       | <b>Сахар порционный*</b><br>Сахар порционный 5 гр                                    |           |
| 7,5   | 2,9  | 51,4     | 262     | 0        | <b>Хлебная корзина**</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке, Хлеб ржано-пшеничный в нарезке |           |

| Белки      | Жиры   | Углеводы | Калор.  | Выход, г | ЗАВТРАК С 5-11 кл  | 154,34 р. |
|------------|--------|----------|---------|----------|--|-----------|
| 15,51<br>6 | 16,692 | 1,74     | 219,492 | 120      | <b>Фритатта с сыром и ветчиной</b><br>Яйцо куриное пищевое С1, Молоко, Ветчина детская, Сыр с м.д.ж 45%, Соль, Масло сливочное |           |
| 0,00       | 0,00   | 0,00     | 0,00    | 200      | <b>Чай*</b><br>Чай черный весовой  |           |
| 0,00       | 0,00   | 9,99     | 39,9    | 10       | <b>Сахар порционный*</b><br>Сахар порционный 5 гр  |           |
| 3,67       | 3,48   | 12,63    | 97,48   | 200      | <b>Какао на молоке*</b><br>Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко  |           |
| 0,03       | 0,00   | 0,09     | 1,02    | 3        | <b>Лимон*</b><br>Лимон   |           |
| 4,08       | 11,44  | 32,11    | 248,02  | 60       | <b>Маффин</b><br>Маффин  |           |
| 7,5        | 2,9    | 51,4     | 262     | 0        | <b>Хлебная корзина**</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке   |           |

| Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г | <b>ОБЕД С 5-11 кл</b> |  | <b>291,51 р.</b> |
|-------|----------|--------|----------|-----------------------|--|------------------|
| 0,33  | 0,06     | 1,14   | 7,2      | 30                    | <b>Помидоры свежие</b>                                   |                  |
|       |          |        |          |                       | Помидоры   |                  |
| 0,45  | 0,06     | 0,6    | 4,8      | 30                    | <b>Пекинская капуста</b>                                 |                  |
|       |          |        |          |                       | Капуста Пекинская (Салат Китайский)                      |                  |
| 0,24  | 0,03     | 0,75   | 4,2      | 30                    | <b>Огурцы свежие</b>                                     |                  |
|       |          |        |          |                       | Огурцы свежие  |                  |
| 0,00  | 9,99     | 0,00   | 89,9     | 10                    | <b>Масло растительное</b>                                |                  |
|       |          |        |          |                       | Масло растительное                                       |                  |
| 0,6   | 0,146    | 0,106  | 4,146    | 200                   | <b>Бульон куриный с зеленью</b>                          |                  |
|       |          |        |          |                       | Бульон куриный   |                  |
| 2,72  | 3,48     | 11,346 | 87,294   | 200                   | <b>Солянка</b>   |                  |
|       |          |        |          |                       | Солянка , Сметана  |                  |
| 2,15  | 0,83     | 14,7   | 74,93    | 20                    | <b>Гренки*</b>   |                  |
|       |          |        |          |                       | Хлеб пшеничный в нарезке                                 |                  |
| 16,08 | 6,36     | 8,16   | 154,2    | 120                   | <b>Фишболы</b>   |                  |
|       |          |        |          |                       | Фишболы  |                  |
| 0,23  | 0,00     | 3,19   | 13,75    | 20                    | <b>Соус томатный</b>                                     |                  |
|       |          |        |          |                       | Соус томатный  |                  |
| 2,964 | 2,4      | 32,784 | 157,812  | 120                   | <b>Рис отварной</b>                                      |                  |
|       |          |        |          |                       | Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль                     |                  |
| 0,00  | 0,00     | 0,00   | 0,00     | 200                   | <b>Чай*</b>  |                  |
|       |          |        |          |                       | Чай черный весовой                                       |                  |
| 0,00  | 0,00     | 9,99   | 39,9     | 10                    | <b>Сахар порционный*</b>                                 |                  |
|       |          |        |          |                       | Сахар порционный 5 гр                                    |                  |
| 0,01  | 0,04     | 8,83   | 35,52    | 200                   | <b>Компот ягодный (клубничный)*</b>                      |                  |
|       |          |        |          |                       | Клубника б/з, Сахар-песок, Лимонная кислота              |                  |
| 7,5   | 2,9      | 51,4   | 262      | 0                     | <b>Хлебная корзина**</b>                                 |                  |
|       |          |        |          |                       | Хлеб пшеничный в нарезке, Хлеб ржано-пшеничный в нарезке |                  |

Главный технолог \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО

Директор № 1356

Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО

Руководитель направления

ООО "ШЮЗ"

Осипов И.А.

## МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

11 февраля 2025 г.



| Белки | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |   |
|-------|-------|----------|---------|----------|---|
| 6,876 | 7,056 | 31,41    | 216,684 | 180      | <b>Завтрак 1 с 3-7 ДС</b>                                   |
|       |       |          |         |          | <i>Каша молочная пшеничная жидкая</i>                       |
| 0,04  |       | 8,12     | 32,62   | 200      | Крупа Пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное |
|       |       |          |         |          | <i>Чай с лимоном</i>  |
| 4,25  | 2,25  | 1,75     | 44,25   | 50       | Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон                      |
|       |       |          |         |          | <i>Творог для детского питания</i>                          |
| 2,32  | 2,95  |          | 35,83   | 10       | Творожок порционный классический 50                         |
|       |       |          |         |          | <i>Сыр полутвердый</i>                                      |
| 1,6   | 0,6   | 10       | 51,8    | 20       | Сыр с м.д.ж 45%   |
|       |       |          |         |          | <i>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</i>                 |
|       |       |          |         |          | Хлеб пшеничный в нарезке                                    |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |  |
|-------|------|----------|--------|----------|--|
| 0,4   | 0,4  | 9,8      | 44,4   | 100      | <b>Завтрак 2 с 3-7 ДС</b>                    |
|       |      |          |        |          | <i>Фрукты, плоды в ассортименте (Яблоко)</i> |
|       |      |          |        |          | Яблоки свежие                                |

| Белки | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |  |
|-------|-------|----------|---------|----------|--|
| 0,904 | 6,559 | 3,081    | 74,919  | 65       | <b>Обед с 3-7 ДС</b>   |
|       |       |          |         |          | <i>Салат из сборных овощей</i>   |
| 5,529 | 4,237 | 14,231   | 117,249 | 190      | Капуста белокочанная свежая, Морковь свежая, Помидоры, Огурцы свежие, Масло растительное, Соль         |
|       |       |          |         |          | <i>Суп картофельный с бобовыми (горох)</i>   |
| 1,144 | 0,429 | 7,15     | 37,037  | 10       | Картофель свежий, Лук репчатый свежий, Горох колотый, Морковь свежая, Масло растительное, Соль         |
|       |       |          |         |          | <i>Сухарики из хлеба пшеничного</i>  |
| 9,31  | 3,794 | 7,868    | 102,886 | 70       | Хлеб пшеничный в нарезке   |
|       |       |          |         |          | <i>Тефтели рыбные</i>  |
| 4,797 | 3,783 | 30,55    | 175,396 | 130      | Рыба филе Минтая б/к с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Лук репчатый свежий, Соль, Масло сливочное |
|       |       |          |         |          | <i>Изделия макаронные отварные</i>   |
| 0,1   | 0,02  | 7,26     | 29,66   | 200      | Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное  |
|       |       |          |         |          | <i>Напиток вишневый</i>  |
| 1,6   | 0,6   | 10       | 51,8    | 20       | Вишня б/з, Сахар-песок   |
|       |       |          |         |          | <i>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</i>  |
| 1,32  | 0,22  | 8,2      | 40,06   | 20       | Хлеб пшеничный в нарезке   |
|       |       |          |         |          | <i>Хлеб ржано-пшеничный</i>  |
|       |       |          |         |          | Хлеб ржано-пшеничный в нарезке   |

| Белки | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г |   |
|-------|-------|----------|--------|----------|---|
| 5,835 | 5,475 | 28,695   | 187,41 | 150      | <b>Полдник с 3-7 ДС</b>   |
|       |       |          |        |          | <i>Каша пшеничная молочная</i>  |
| 2,742 | 1,734 | 14,643   | 85,164 | 30       | Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль   |
|       |       |          |        |          | <i>Булочка Любимая</i>  |
| 5,22  | 5,76  | 7,2      | 101,52 | 180      | Мука пшеничная, Молоко, Яйцо куриное пищевое С1, Сахар-песок, Дрожжи сухие, Соль, Масло сливочное, Масло растительное |
|       |       |          |        |          | <i>Кефир</i>  |
|       |       | 9        | 35,964 | 180      | Кефир 3,2%  |
|       |       |          |        |          | <i>Чай с сахаром</i>  |
|       |       |          |        |          | Чай черный весовой, Сахар-песок   |

| Белки  | Жиры   | Углеводы | Калор.  | Выход, г |   |
|--------|--------|----------|---------|----------|---|
| 0,24   | 0,03   | 0,75     | 4,23    | 30       | <b>Ужин 1 с 3-7 ДС</b>  |
|        |        |          |         |          | <i>Огурцы свежие</i>  |
| 20,856 | 24,816 | 43,054   | 479,072 | 220      | Огурцы свежие   |
|        |        |          |         |          | <i>Плов куриный</i>   |
| 0,06   | 0,06   | 7,36     | 30,2    | 200      | Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Масло растительное, Лук репчатый свежий, Морковь свежая, Томат-паста, Крупа Рисовая, Соль |
|        |        |          |         |          | <i>Компот из плодов свежих</i>  |
| 3,2    | 1,2    | 20       | 103,6   | 40       | Яблоки свежие, Апельсин, Сахар-песок, Лимонная кислота  |
|        |        |          |         |          | <i>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</i>   |
|        |        |          |         |          | Хлеб пшеничный в нарезке  |

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

Вода питьевая детская

Главный технолог



Зав. производством

