

СОГЛАСОВАНО

Директор
Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО

Руководитель направления

ООО "ШЮЗ"

Осипов И.А.



МЕНЮ (Льготное)

11 марта 2025 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	ЗАВТРАК С 1-4 кл	144,05 р.
9,64	10,29	1,55	137,61	100	Фритатта с сыром и ветчиной Фритатта с сыром и ветчиной, Сыр с м.д.ж 45%	
0,00	0,00	0,00	0,00	200	Чай* Чай черный весовой	
0,00	0,00	9,99	39,9	10	Сахар порционный* Сахар порционный 5 гр	
3,67	3,48	12,63	97,48	200	Какао на молоке* Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко	
0,03	0,00	0,09	1,02	3	Лимон* Лимон	
4,08	11,44	32,11	248,02	60	Маффин Маффин	
7,5	2,9	51,4	262	0	Хлебная корзина** 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	Помидоры свежие Помидоры	
0,38	0,05	0,5	4	25	Пекинская капуста Капуста Пекинская (Салат Китайский)	
0,2	0,03	0,63	3,5	25	Огурцы свежие Огурцы свежие	
0,00	9,99	0,00	89,9	10	Масло растительное Масло растительное	
0,45	0,11	0,08	3,11	150	Бульон куриный с зеленью Бульон куриный	
2,04	2,61	8,51	65,47	150	Солянка Солянка, Сметана	
2,15	0,83	14,7	74,93	20	Гренки* Хлеб пшеничный в нарезке	
10,72	4,24	5,44	102,8	80	Фишболы Фишболы	
0,23	0,00	3,19	13,75	20	Соус томатный Соус томатный	
1,976	1,6	21,856	105,208	80	Рис отварной Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль	
0,01	0,04	8,83	35,52	200	Компот ягодный (клубничный)* Клубника б/з, Сахар-песок, Лимонная кислота	
0,00	0,00	0,00	0,00	200	Чай* Чай черный весовой	
0,00	0,00	9,99	39,9	10	Сахар порционный* Сахар порционный 5 гр	
7,5	2,9	51,4	262	0	Хлебная корзина** Хлеб пшеничный в нарезке, Хлеб ржано-пшеничный в нарезке	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	ЗАВТРАК С 5-11 кл	154,34 р.
11,56 8	12,348	1,86	165,132	120	Фритатта с сыром и ветчиной Фритатта с сыром и ветчиной, Сыр с м.д.ж 45%	
0,00	0,00	0,00	0,00	200	Чай* Чай черный весовой	
0,00	0,00	9,99	39,9	10	Сахар порционный* Сахар порционный 5 гр	
3,67	3,48	12,63	97,48	200	Какао на молоке* Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко	
0,03	0,00	0,09	1,02	3	Лимон* Лимон	
4,08	11,44	32,11	248,02	60	Маффин Маффин	
7,5	2,9	51,4	262	0	Хлебная корзина** Хлеб пшеничный в нарезке	

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

Главный технолог

Зав. производством



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

МЕНЮ
За счет бюджета города Москвы
11 марта 2025 г.



Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
6,876	7,056	31,41	216,684	180	Завтрак 1 с 3-7 ДС
0,04		8,12	32,62	200	Каша молочная пшеничная жидкая
4,25	2,25	1,75	44,25	50	Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон
2,32	2,95		35,83	10	Творожок порционный классический 50
1,6	0,6	10	51,8	20	Сыр с м.д.ж 45%
					Хлеб пшеничный в нарезке
					Завтрак 2 с 3-7 ДС
0,4	0,4	9,8	44,4	100	Яблоки свежие
					Обед с 3-7 ДС
1,866	4,791	6,598	76,993	65	Картофель свежий, Горошек зеленый консервированный, Морковь свежая, Яйцо куриное пищевое С1, Соль, Масло растительное
5,529	4,237	14,231	117,249	190	Суп картофельный с бобовыми (горох)
1,144	0,429	7,15	37,037	10	Хлеб пшеничный в нарезке
9,31	3,794	7,868	102,886	70	Рыба филе Минтая б/к с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Лук репчатый свежий, Соль, Масло сливочное
797	3,783	30,55	175,396	130	Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное
0,1	0,02	7,26	29,66	200	Вишня б/з, Сахар-песок
6	0,6	10	51,8	20	Хлеб пшеничный в нарезке
32	0,22	8,2	40,06	20	Хлеб ржано-пшеничный в нарезке
					Полдник с 3-7 ДС
35	5,475	28,695	187,41	150	Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль
2	1,734	14,643	85,164	30	Мука пшеничная, Молоко, Яйцо куриное пищевое С1, Сахар-песок, Дрожжи сухие, Соль, Масло сливочное, Масло растительное
2	5,76	7,2	101,52	180	Кефир 3,2%
		9	35,964	180	Чай черный весовой, Сахар-песок
					Ужин 1 с 3-7 ДС
					Огурцы свежие
0,03	0,75	4,23	30		Плов мясной
25,784	43,318	501,292	220		Компот из плодов свежих
0,06	7,36	30,2	200		Хлеб пшеничный в нарезке
1,2	20	103,6	40		