

СОГЛАСОВАНО

Директор  
Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО

Руководитель направления  
ООО "ШЮЗ"  
Осипов И.А.

# МЕНЮ (Льготное) 12 декабря 2024 г.

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | Завтрак 1-4 кл (Комплекс 1)                                               | 140,50 р. |
|-------|------|----------|--------|----------|---------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 4,78  | 3,29 | 26,02    | 147,84 | 40/80    | <b>Хлопья сладкие с молоком</b><br>Сухие завтраки из круп сладкие, Молоко |           |
| 0,00  | 0,00 | 0,00     | 0,00   | 200      | <b>Чай*</b><br>Чай черный весовой                                         |           |
| 0,03  | 0,00 | 0,09     | 1,02   | 3        | <b>Лимон*</b><br>Лимон                                                    |           |
| 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             |           |
| 3,3   | 1,6  | 29,495   | 145,49 | 50       | <b>Пирожок с клубничным джемом</b>                                        |           |
| 7,5   | 3,9  | 10,4     | 106,7  | 50       | <b>Творожок порционный классический 50</b>                                |           |
| 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                                                                        | 240,45 р. |
|-------|-------|----------|--------|----------|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 0,28  | 0,05  | 0,95     | 6      | 25       | <b>Помидоры свежие</b><br>Помидоры                                                   |           |
| 0,45  | 0,03  | 1,175    | 7      | 25       | <b>Капуста свежая</b><br>Капуста белокочанная свежая                                 |           |
| 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                                    |           |
| 5,505 | 2,025 | 12,705   | 92,79  | 150      | <b>Суп Кубанский</b><br>Суп Кубанский                                                |           |
| 2,15  | 0,83  | 14,7     | 74,93  | 20       | <b>Гренки*</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке                                           |           |
| 14,26 | 18,54 | 30,5     | 279,63 | 150      | <b>Пельмени отварные</b><br>Пельмени детские, Масло сливочное, Соль                  |           |
| 0,27  | 0,06  | 10,42    | 44,82  | 200      | <b>Компот фруктовый (апельсиновый)*</b><br>Апельсин, Сахар-песок                     |           |
| 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                                                         | 150,53 р. |
|-------|------|----------|--------|----------|---------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 5,97  | 4,11 | 35,52    | 184,8  | 50/100   | <b>Хлопья сладкие с молоком</b><br>Сухие завтраки из круп сладкие, Молоко |           |
| 0,00  | 0,00 | 0,00     | 0,00   | 200      | <b>Чай*</b><br>Чай черный весовой                                         |           |
| 0,03  | 0,00 | 0,09     | 1,02   | 3        | <b>Лимон*</b><br>Лимон                                                    |           |
| 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             |           |
| 3,3   | 1,6  | 29,495   | 145,49 | 50       | <b>Пирожок с клубничным джемом</b>                                        |           |
| 7,5   | 3,9  | 10,4     | 106,7  | 50       | <b>Творожок порционный классический 50</b>                                |           |
| 7,5   | 2,9  | 51,4     | 262    | 0        | <b>Хлебная корзина**</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке                      |           |

|       | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г |                                                          | ОБЕД С 5-11 кл                          | 284,30 р. |
|-------|-------|----------|--------|----------|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------|-----------|
| 0,3   | 0,06  | 1,14     | 7,2    | 30       | Помидоры                                                 | <b>Помидоры свежие</b>                  |           |
| 0,54  | 0,03  | 1,41     | 8,4    | 30       | Капуста белокочанная свежая                              | <b>Капуста свежая</b>                   |           |
| 0,24  | 0,03  | 0,75     | 4,2    | 30       | Огурцы свежие                                            | <b>Огурцы свежие</b>                    |           |
| 0,00  | 9,99  | 0,00     | 89,9   | 10       | Масло растительное                                       | <b>Масло растительное</b>               |           |
| 0,6   | 0,146 | 0,106    | 4,146  | 200      | Бульон куриный                                           | <b>Бульон куриный с зеленью</b>         |           |
| 7,34  | 2,7   | 16,94    | 123,72 | 200      | Суп Кубанский                                            | <b>Суп Кубанский</b>                    |           |
| 2,15  | 0,83  | 14,7     | 74,93  | 20       | Хлеб пшеничный в нарезке                                 | <b>Гренки*</b>                          |           |
| 17,11 | 22,24 | 36,6     | 335,56 | 180      | Пельмени детские, Масло сливочное, Соль                  | <b>Пельмени отварные</b>                |           |
| 0,27  | 0,06  | 10,42    | 44,82  | 200      | Апельсин, Сахар-песок                                    | <b>Компот фруктовый (апельсиновый)*</b> |           |
| 0,00  | 0,00  | 0,00     | 0,00   | 200      | Чай черный весовой                                       | <b>Чай*</b>                             |           |
| 0,00  | 0,00  | 9,99     | 39,9   | 10       | Сахар порционный 5 гр                                    | <b>Сахар порционный*</b>                |           |
| 7,5   | 2,9   | 51,4     | 262    | 0        | Хлеб пшеничный в нарезке, Хлеб ржано-пшеничный в нарезке | <b>Хлебная корзина**</b>                |           |

Главный технолог

Зав. производством

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

12 декабря 2024 г.



|       |        |          |        |          |                                                                                                |
|-------|--------|----------|--------|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Белки | Жиры   | Углеводы | Калор. | Выход, г | <b>Завтрак 1 с 3-7 ДС</b>                                                                      |
| 4,914 | 10,818 | 24,192   | 213,84 | 180      | <b>Каша "Дружба"</b><br>Крупа Рисовая, Крупа Пшено, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное |
| 3,68  | 3,48   | 12,64    | 96,52  | 200      | <b>Какао на молоке</b><br>Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко                                   |
| 8,5   | 4,5    | 3,5      | 88,5   | 100      | <b>Творог для детского питания</b><br>Творог порционный классический 100 г                     |
| 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>                                   |
| 0,4   | 0,3  | 10,3     | 45,5   | 100      | <b>Фрукты, плоды в ассортименте (Груша)</b><br>Груши свежие |

|       |       |          |         |          |                                                                                                                                                                     |
|-------|-------|----------|---------|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Белки | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г | <b>Обед с 3-7 ДС</b>                                                                                                                                                |
| 0,455 | 7,854 | 1,43     | 78,195  | 65       | <b>Салат из свежих огурцов с растительным маслом</b><br>Масло растительное, Соль, Огурцы свежие                                                                     |
| 4     | 6,66  | 9,64     | 114,56  | 200      | <b>Суп из овощей на курином бульоне</b><br>Капуста белокочанная свежая, Картофель свежий, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, 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, Лук репчатый свежий, Соль |
| 4,797 | 3,783 | 30,55    | 175,396 | 130      | <b>Изделия макаронные отварные</b><br>Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное                                                                                     |
| 0,1   | 0,02  | 7,26     | 29,66   | 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                                                                                             |
| 2,64  | 0,44  | 16,4     | 80,12   | 40       | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b><br>Хлеб ржано-пшеничный в нарезке                                                                                                       |

|       |       |          |         |          |                                                                                                                       |
|-------|-------|----------|---------|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Белки | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г | <b>Полдник с 3-7 ДС</b>                                                                                               |
| 5,912 | 5,584 | 34,76    | 212,944 | 80       | <b>Оладьи</b><br>Мука пшеничная, Яйцо куриное пищевое С1, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное |
| 0,006 | 0,002 | 4,286    | 17,192  | 10       | <b>Соус клюквенный</b><br>Клюква б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок                                               |
| 5,22  | 5,76  | 7,2      | 101,52  | 180      | <b>Кефир</b><br>Кефир 3,2%                                                                                            |
|       |       | 9        | 35,964  | 180      | <b>Чай с сахаром</b><br>Чай черный весовой, Сахар-песок                                                               |

|        |       |          |         |          |                                                                                                                                                                                   |
|--------|-------|----------|---------|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Белки  | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г | <b>Ужин 1 с 3-7 ДС</b>                                                                                                                                                            |
| 12,016 | 11,96 | 10       | 195,68  | 80       | <b>Котлеты рубленые из мяса (говядина)</b><br>Говядина котлетная часть с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль, Масло растительное                                                    |
| 2,595  | 7,725 | 16,425   | 145,605 | 150      | <b>Рагу из овощей</b><br>Картофель свежий, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Масло растительное, Масло растительное, Томат-паста, Морковь свежая, Мука пшеничная, Чеснок, Соль |
| 1      | 0,2   | 20,2     | 86,6    | 200      | <b>Сок фруктовый</b><br>Сок яблочный                                                                                                                                              |
| 3,2    | 1,2   | 20       | 103,6   | 40       | <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 |