

СОГЛАСОВАНО

Директор
Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО

Руководитель направления

ООО "ШЮЗ"

Осипов И.А.



МЕНЮ (Льготное)

14 января 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	Фритатта с сыром и ветчиной 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	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.
15,51 6	16,692	1,74	219,492	120	Фритатта с сыром и ветчиной 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	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

Поленкина З.И.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

14 января 2025 г.



Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
6,876	7,056	31,41	216,684	180	Завтрак 1 с 3-7 ДС
					Каша молочная пшеничная жидкая
0,04		8,12	32,62	200	Крупа Пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
					Чай с лимоном
4,25	2,25	1,75	44,25	50	Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон
					Творог для детского питания
4,64	5,9		71,66	20	Творожок порционный классический 50
					Сыр полутвердый
1,6	0,6	10	51,8	20	Сыр с м.д.ж 45%
					Хлеб из муки пшеничной первого сорта
					Хлеб пшеничный в нарезке

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

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

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
5,835	5,475	28,695	187,41	150	Полдник с 3-7 ДС
					Каша пшеничная молочная
2,742	1,734	14,643	85,164	30	Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль
					Булочка Любимая
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
					Кефир
		9	35,964	180	Кефир 3,2%
					Чай с сахаром
					Чай черный весовой, Сахар-песок

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
0,24	0,03	0,75	4,23	30	Ужин 1 с 3-7 ДС
					Огурцы свежие
23,98	25,784	43,318	501,292	220	Огурцы свежие
					Плов мясной
0,06	0,06	7,36	30,2	200	Говядина лопаточная часть п/ф, Масло сливочное, Лук репчатый свежий, Морковь свежая, Томат-паста, Крупа Рисовая, Соль
					Компот из плодов свежих
3,2	1,2	20	103,6	40	Яблоки свежие, Апельсин, Сахар-песок, Лимонная кислота
					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

авный технолог

Зав. производством