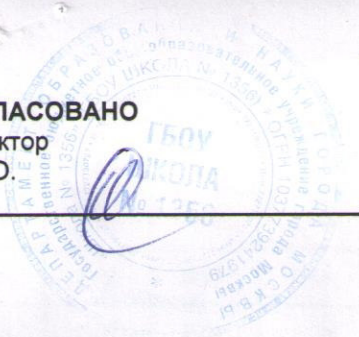


СОГЛАСОВАНО  
Директор  
Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО  
Генеральный директор  
ООО "Школьник-ЮЗ"  
Ефремова Е.А.



**МЕНЮ (Льготное)  
16 января 2024 г.**

| Белки | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г | <b>ЗАВТРАК С 1-4 кл</b>                                                                                                        | <b>116,53 р.</b> |
|-------|-------|----------|--------|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| 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                                                                              |                  |
| 0,03  | 0,00  | 0,09     | 1,02   | 3        | <b>Лимон*</b><br>Лимон                                                                                                         |                  |
| 3,67  | 3,48  | 12,63    | 97,48  | 200      | <b>Какао на молоке*</b><br>Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко                                                                  |                  |
| 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 | <b>ОБЕД С 1-4 кл</b>                                                                 | <b>196,65 р.</b> |
|-------|-------|----------|---------|----------|--------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| 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)                      |                  |
| 0,775 | 0,00  | 1,625    | 10      | 25       | <b>Горошек зеленый консервированный</b><br>Горошек зеленый консервированный          |                  |
| 0,00  | 9,99  | 0,00     | 89,9    | 10       | <b>Масло растительное</b><br>Масло растительное                                      |                  |
| 2,04  | 2,61  | 8,51     | 65,47   | 150      | <b>Солянка</b><br>Солянка, Сметана                                                   |                  |
| 0,45  | 0,11  | 0,08     | 3,11    | 150      | <b>Бульон куриный с зеленью</b><br>Бульон куриный                                    |                  |
| 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 ФК                                                         |                  |
| 2,68  | 1,712 | 29,096   | 142,504 | 80       | <b>Рис отварной</b><br>Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль                          |                  |
| 0,596 | 0,00  | 2,436    | 12,968  | 20       | <b>Соус томатный</b><br>Томат-паста, Сахар-песок, Соль                               |                  |
| 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                                    |                  |
| 0,01  | 0,04  | 8,83     | 35,52   | 200      | <b>Компот ягодный (клубничный)*</b><br>Клубника б/з, Сахар-песок, Лимонная кислота   |                  |
| 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 | <b>ЗАВТРАК С 5-11 кл</b>                                                                                                       | <b>124,80 р.</b> |
|--------|--------|----------|---------|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| 15,516 | 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                                                                              |                  |
| 0,03   | 0,00   | 0,09     | 1,02    | 3        | <b>Лимон*</b><br>Лимон                                                                                                         |                  |
| 3,67   | 3,48   | 12,63    | 97,48   | 200      | <b>Какао на молоке*</b><br>Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко                                                                  |                  |
| 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 | <b>ОБЕД С 5-11 кл</b>                                                                | <b>232,50 р.</b> |
|-------|-------|----------|---------|----------|--------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| 0,33  | 0,06  | 1,14     | 7,2     | 30       | <b>Помидоры свежие</b><br>Помидоры                                                   |                  |
| 0,45  | 0,06  | 0,6      | 4,8     | 30       | <b>Пекинская капуста</b><br>Капуста Пекинская (Салат Китайский)                      |                  |
| 0,93  | 0,555 | 1,95     | 12      | 30       | <b>Горошек зеленый консервированный</b><br>Горошек зеленый консервированный          |                  |
| 0,00  | 9,99  | 0,00     | 89,9    | 10       | <b>Масло растительное</b><br>Масло растительное                                      |                  |
| 2,72  | 3,48  | 11,346   | 87,294  | 200      | <b>Солянка</b><br>Солянка, Сметана                                                   |                  |
| 0,6   | 0,146 | 0,106    | 4,146   | 200      | <b>Бульон куриный с зеленью</b><br>Бульон куриный                                    |                  |
| 2,15  | 0,83  | 14,7     | 74,93   | 20       | <b>Гренки*</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке                                           |                  |
| 16,08 | 6,36  | 8,16     | 154,2   | 120      | <b>Фишболы</b><br>Фишболы ФК                                                         |                  |
| 2,964 | 2,4   | 32,784   | 157,812 | 120      | <b>Рис отварной</b><br>Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль                          |                  |
| 0,596 | 0,00  | 2,436    | 12,968  | 20       | <b>Соус томатный</b><br>Томат-паста, Сахар-песок, Соль                               |                  |
| 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                                    |                  |
| 0,01  | 0,04  | 8,83     | 35,52   | 200      | <b>Компот ягодный (клубничный)*</b><br>Клубника б/з, Сахар-песок, Лимонная кислота   |                  |
| 7,5   | 2,9   | 51,4     | 262     | 0        | <b>Хлебная корзина**</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке, Хлеб ржано-пшеничный в нарезке |                  |

Главный технолог \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_

## МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

16 января 2024 г.



| Белки                     | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |                                                                                                      |
|---------------------------|-------|----------|---------|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Завтрак 1 с 3-7 ДС</b> |       |          |         |          |                                                                                                      |
| 6,876                     | 7,056 | 31,41    | 216,684 | 180      | <b>Каша молочная пшеничная жидкая</b><br>Крупа Пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное |
| 0,04                      |       | 8,12     | 32,62   | 200      | <b>Чай с лимоном</b><br>Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон                                       |
| 4,25                      | 2,25  | 1,75     | 44,25   | 50       | <b>Творог для детского питания</b><br>Творожок порционный классический 50                            |
| 2,32                      | 2,95  |          | 35,83   | 10       | <b>Сыр полутвердый</b><br>Сыр с м.д.ж 45%                                                            |
| 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                       | 0,4  | 9,8      | 44,4   | 100      | <b>Фрукты, плоды в ассортименте (Яблоко)</b><br>Яблоки свежие |

| Белки                | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |                                                                                                                                              |
|----------------------|-------|----------|---------|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Обед с 3-7 ДС</b> |       |          |         |          |                                                                                                                                              |
| 0,904                | 6,559 | 3,081    | 74,919  | 65       | <b>Салат из сборных овощей</b><br>Капуста белокочанная свежая, Морковь свежая, Помидоры, Огурцы свежие, Масло растительное, Соль             |
| 5,529                | 4,237 | 14,231   | 117,249 | 190      | <b>Суп картофельный с бобовыми (горох)</b><br>Картофель свежий, Лук репчатый свежий, Горох колотый, Морковь свежая, Масло растительное, Соль |
| 1,144                | 0,429 | 7,15     | 37,037  | 10       | <b>Сухарики из хлеба пшеничного</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке                                                                              |
| 9,31                 | 3,794 | 7,868    | 102,886 | 70       | <b>Тефтели рыбные</b><br>Рыба филе Минтая б/к с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Лук репчатый свежий, Соль, Масло сливочное              |
| 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                                                                      |
| 1,32                 | 0,22  | 8,2      | 40,06   | 20       | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b><br>Хлеб ржано-пшеничный в нарезке                                                                                |

| Белки                   | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г |                                                                                                                                                 |
|-------------------------|-------|----------|--------|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Полдник с 3-7 ДС</b> |       |          |        |          |                                                                                                                                                 |
| 5,835                   | 5,475 | 28,695   | 187,41 | 150      | <b>Каша пшеничная молочная</b><br>Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль                                                       |
| 2,742                   | 1,734 | 14,643   | 85,164 | 30       | <b>Булочка Любимая</b><br>Мука пшеничная, Молоко, Яйцо куриное пищевое С1, Сахар-песок, Дрожжи сухие, Соль, Масло сливочное, Масло растительное |
| 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                                                                                         |

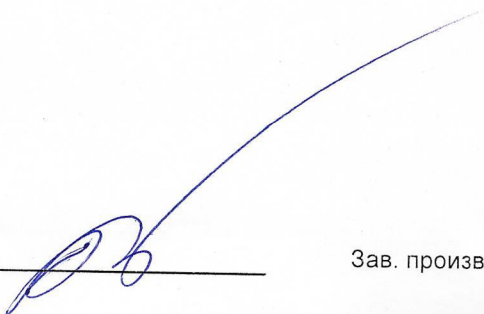
| Белки                  | Жиры   | Углеводы | Калор.  | Выход, г |                                                                                                                                                            |
|------------------------|--------|----------|---------|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Ужин 1 с 3-7 ДС</b> |        |          |         |          |                                                                                                                                                            |
| 0,24                   | 0,03   | 0,75     | 4,23    | 30       | <b>Огурцы свежие</b><br>Огурцы свежие                                                                                                                      |
| 20,85<br>6             | 24,816 | 43,054   | 479,072 | 220      | <b>Плов куриный</b><br>Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Масло растительное, Лук репчатый свежий, Морковь свежая, Томат-паста, Крупа Рисовая, Соль |
| 0,06                   | 0,06   | 7,36     | 30,2    | 200      | <b>Компот из плодов свежих</b><br>Яблоки свежие, Апельсин, Сахар-песок, Лимонная кислота                                                                   |
| 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      | <i>Вода питьевая детская</i>                    |

Вода питьевая детская

*Вода питьевая детская*

Главный технолог \_\_\_\_\_



Зав. производством \_\_\_\_\_

