

СОГЛАСОВАНО

Директор
Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО

Руководитель направления

ООО "ШЮЗ"

Осипов И.А.



МЕНЮ (Льготное)

30 января 2025 г.



Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Завтрак 1-4 кл (Комплекс 1)	144,05 р.
3,66	2,43	23,48	130,53	100	Изделия макаронные отварные Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное	
11,1	10,5	4,92	158,57	60	Наггетсы Наггетсы, Масло растительное	
0,596	0,00	2,436	12,968	20	Соус томатный Томат-паста, Сахар-песок, 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	
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	
18	9	3	169	100	Творог фруктовый Творог фруктовый	
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	
0,45	0,03	1,175	7	25	Капуста свежая Капуста белокачанная свежая	
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	
0,342	0,083	0,06	2,363	114	Бульон куриный с зеленью Бульон куриный	
1,78	1,36	7,08	48,26	114	Суп фасолевый Суп картофельный с фасолью	
3,71	3,78	3,06	64,69	36	Фрикадельки мясные Фрикадельки мясные	
2,15	0,83	14,7	74,93	20	Гренки* Хлеб пшеничный в нарезке	
17,31	16,98	40,95	378,06	150	Плов мясной Говядина лопаточная часть п/ф, Масло растительное, Лук репчатый свежий, Морковь свежая, Томат-паста, Крупа Рисовая, Соль	
0,1	0,04	14,73	61,46	200	Компот ягодный (клюквенный)* Клюква б/з, Сахар-песок	
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	
3,66	2,43	23,48	130,53	100	154,34 р.	
					Изделия макаронные отварные	
					Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное	
14,8	14	6,56	211,43	80	Наггетсы	
					Наггетсы, Масло растительное	
0,596	0,00	2,436	12,968	20	Соус томатный	
					Томат-паста, Сахар-песок, Соль	
3,67	3,48	12,63	97,48	200	Какао на молоке*	
					Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко	
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	
0,03	0,00	0,09	1,02	3	Лимон*	
					Лимон	
18	9	3	169	100	Творог фруктовый	
					Творог фруктовый	
7,5	2,9	51,4	262	0	Хлебная корзина**	
					Хлеб пшеничный в нарезке	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	ОБЕД С 5-11 кл	
0,33	0,06	1,14	7,2	30	291,51 р.	
					Помидоры свежие	
					Помидоры	
0,54	0,03	1,41	8,4	30	Капуста свежая	
					Капуста белокочанная свежая	
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	
0,492	0,12	0,087	3,4	164	Бульон куриный с зеленью	
					Бульон куриный	
2,56	1,957	10,186	69,426	164	Суп фасолевый	
					Суп картофельный с фасолью	
3,71	3,78	3,06	64,69	36	Фрикадельки мясные	
					Фрикадельки мясные	
2,15	0,83	14,7	74,93	20	Гренки*	
					Хлеб пшеничный в нарезке	
24,23 4	23,772	57,33	529,284	210	Плов мясной	
					Говядина лопаточная часть п/ф, Масло растительное, Лук репчатый свежий, Морковь свежая, Томат-паста, Крупа Рисовая, Соль	
0,1	0,04	14,73	61,46	200	Компот ягодный (клюквенный)*	
					Клюква б/з, Сахар-песок	
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	

Главный технолог

Зав. производством

СОГЛАСОВАНО

Директор № 1356

Ф.И.О.

Космичева Д.Н.

УТВЕРЖДЕНО

Руководитель направления

ООО "ШЮЗ"

Осипов И.А.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

30 января 2025 г.



Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
16,70 4	17,984	3,12	241,088	160	Завтрак 1 с 3-7 ДС
3,68	3,48	12,64	96,52	200	Омлет натуральный, запеченный Яйцо куриное пищевое С1, Молоко, Соль, Масло сливочное
1,46	3,58	18,42	111,74	20	Какао на молоке Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко
3,2	1,2	20	103,6	40	Кондитерское изделие Печенье
					Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
1,5	0,5	21	94,5	100	Завтрак 2 с 3-7 ДС
					Фрукты, плоды в ассортименте (Банан) Банан

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
0,936	6,552	3,608	77,136	65	Обед с 3-7 ДС
5,529	4,237	14,231	117,249	190	Салат витаминный с маслом растительным Капуста белокочанная свежая, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Лимонная кислота, Сахар-песок, Соль, Масло растительное
1,144	0,429	7,15	37,037	10	Суп картофельный с бобовыми (горох) Картофель свежий, Лук репчатый свежий, Горох колотый, Морковь свежая, Масло растительное, Соль
10,61 2	2,793	10,661	110,278	70	Сушарики из хлеба пшеничного Хлеб пшеничный в нарезке
3,211	3,679	35,516	188,006	130	Котлеты рубленые из фарша рыбного Рыба филе Минтая б/к с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо куриное пищевое С1, Соль, Сушарики панировочные, Масло растительное
1	0,2	20,2	86,6	200	Рис отварной Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль
3,2	1,2	20	103,6	40	Сок фруктовый Сок яблочный-виноградный
2,64	0,44	16,4	80,12	40	Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке
					Хлеб ржано-пшеничный Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
5,61	3,525	40,92	217,815	150	Полдник с 3-7 ДС
2,412	1,941	13,368	80,592	30	Каша рассыпчатая пшенная с фруктами Крупа Пшено, Изюм, Яблоки свежие, Чернослив, Сахар-песок, Масло сливочное, Соль
7,02	4,5	7,56	98,82	180	Булочка с изюмом Мука пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное, Яйцо куриное пищевое С1, Масло растительное
		9	35,964	180	Ряженка Ряженка
					Чай с сахаром Чай черный весовой, Сахар-песок

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
0,24	0,03	0,51	3,27	30	Ужин 1 с 3-7 ДС
18,52 4	22,99	6,996	309,078	220	Огурцы консервированные (без уксуса) Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки) ДП
0,06	0,06	7,36	30,2	200	Капуста, тушеная с мясом Капуста белокочанная свежая, Масло растительное, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Томат-паста, Соль, Говядина лопаточная часть п/ф
3,2	1,2	20	103,6	40	Компот из плодов свежих 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

Главный технолог



Зав. производством

