

СОГЛАСОВАНО

Директор
Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО

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

МЕНЮ (Льготное) **30 января 2024 г.**

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	ЗАВТРАК С 1-4 кл	116,53 р.
9,64	10,29	1,55	137,61	100	Фритатта с сыром и ветчиной Фритатта с сыром и ветчиной ФК, 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	
0,03	0,00	0,09	1,02	3	Лимон* Лимон	
3,67	3,48	12,63	97,48	200	Какао на молоке* Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко	
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	196,65 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	
2,04	2,61	8,51	65,47	150	Солянка Солянка, Сметана	
0,45	0,11	0,08	3,11	150	Бульон куриный с зеленью Бульон куриный	
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 ФК	
2,68	1,712	29,096	142,504	80	Рис отварной Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль	
0,23	0,00	3,19	13,75	20	Соус томатный Соус томатный	
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	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	ЗАВТРАК С 5-11 кл	124,80 р.
11,568	12,348	1,86	165,132	120	Фритатта с сыром и ветчиной Фритатта с сыром и ветчиной ФК, 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	
0,03	0,00	0,09	1,02	3	Лимон* Лимон	
3,67	3,48	12,63	97,48	200	Какао на молоке* Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко	
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 5-11 кл	232,50 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	
2,72	3,48	11,346	87,294	200	Солянка Солянка, Сметана	
0,6	0,146	0,106	4,146	200	Бульон куриный с зеленью Бульон куриный	
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 ФК	
2,964	2,4	32,784	157,812	120	Рис отварной Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль	
0,23	0,00	3,19	13,75	20	Соус томатный Соус томатный	
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

СОГЛАСОВАНО

Директор № 1356

Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор

ООО "Школьник-ЮЗ"

Ефремова Е.А.



МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

30 января 2024 г.



Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Завтрак 1 с 3-7 ДС
4,914	10,818	24,192	213,84	180	Каша "Дружба" Крупа Рисовая, Крупа Пшено, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
3,8	3,4	19,48	123,66	200	Кофейный напиток злаковый на молоке Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко
4,64	5,9		71,66	20	Сыр полутвердый Сыр с м.д.ж 45%
8,5	4,5	3,5	88,5	100	Творог для детского питания Творог порционный классический 100 г
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке

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

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Обед с 3-7 ДС
0,371	6,889	4,563	79,931	65	Салат из помидоров свежих и яблок Помидоры, Яблоки свежие, Масло растительное, Соль
3,76	4,04	8,06	83,58	200	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне Свекла свежая, Капуста белокочанная свежая, Картофель свежий, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Томат-паста, Масло растительное, Соль, Сметана, Лимонная кислота
11,48 7	11,228	2,674	157,71	70	Бефстроганов из мяса отварного Говядина попачочная часть п/ф, Морковь свежая, Соль, Молоко, Мука пшеничная, Сметана, Масло сливочное
3,42	4,395	27,585	163,53	150	Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом Картофель свежий, Масло сливочное, Соль
0,28	0,06	13,9	57,2	200	Компот из плодов сухих Изюм, Чернослив, Сахар-песок, Лимонная кислота
3,2	1,2	20	103,6	40	Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке
1,32	0,22	8,2	40,06	20	Хлеб ржано-пшеничный Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Полдник с 3-7 ДС
5,912	5,584	34,76	212,944	80	Оладьи Мука пшеничная, Яйцо куриное пищевое С1, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное
		3,3	13,2	5	Повидло Повидло (джем) в ассортименте
5,22	5,76	7,2	101,52	180	Кефир Кефир 3,2%
		9	35,964	180	Чай с сахаром Чай черный весовой, Сахар-песок

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Ужин 1 с 3-7 ДС
12,76	10,2	10	182,84	80	Фрикадельки мясные паровые Говядина котлетная часть с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль
3,21	6,18	9,645	107,04	150	Капуста тушеная Капуста белокочанная свежая, Масло растительное, Томат-паста, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Соль
0,12	0,04	8,86	36,38	200	Напиток смородина Смородина красная с/м, Сахар-песок
3,2	1,2	20	103,6	40	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