



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

МЕНЮ (Льготное)
19 марта 2024 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		116,53 р.
ЗАВТРАК С 1-4 кл						
3,536	1,584	15,992	92,224	80	Гречка отварная рассыпчатая	
6,105	4,875	5,85	91,695	50	Фрикадельки ПП	
0,23	0,00	3,19	13,75	20	Соус томатный	
0,00	0,00	0,00	0,00	200	Чай*	
0,00	0,00	9,99	39,9	10	Сахар порционный 5 гр	
3,67	3,48	12,63	97,48	200	Какао на молоке*	
0,03	0,00	0,09	1,02	3	Лимон*	
0,54	0,18	17,1	73,8	90	Пюре фруктовое	
7,5	2,9	51,4	262	0	Хлеб пшеничный в нарезке	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		196,65 р.
ОБЕД С 1-4 кл						
2,575	1,225	15	81,25	25	Кукуруза консервированная	
0,38	0,05	0,5	4	25	Пекинская капуста	
0,2	0,03	0,63	3,5	25	Огурцы свежие	
0,00	9,99	0,00	89,9	10	Масло растительное	
3,7	3,26	4,62	62,17	150	Борщ Московский	
0,45	0,11	0,08	3,11	150	Бульон куриный с зеленью	
2,15	0,83	14,7	74,93	20	Гренки*	
8,08	5,6	6,96	108,96	80	Говядина по-мексикански	
2,47	2	27,32	131,51	100	Рис отварной	
0,00	0,00	0,00	0,00	200	Чай черный весовой	
0,00	0,00	9,99	39,9	10	Сахар порционный*	
0,09	0,09	10,15	42,26	200	Компот фруктовый (яблочный)*	
7,5	2,9	51,4	262	0	Хлеб пшеничный в нарезке, Хлеб ржано-пшеничный в нарезке	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		
4,42	1,98	19,99	115,28	100	ЗАВТРАК С 5-11 кл	124,80 р.
					Гречка отварная рассыпчатая	
0,00	0,00	0,00	0,00	75	Крупа Гречневая, Соль, Масло сливочное	Фрикадельки
					Фрикадельки мясные	
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	
3,67	3,48	12,63	97,48	200		Какао на молоке*
					Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко	
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	
0,54	0,18	17,1	73,8	90		Фруктовое пюре
					Пюре фруктовое	
7,5	2,9	51,4	262	0		Хлебная корзина**
					Хлеб пшеничный в нарезке	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г		
3,09	1,47	18	97,5	30	ОБЕД С 5-11 кл	232,50 р.
					Кукуруза консервированная	
0,45	0,06	0,6	4,8	30	Кукуруза консервированная	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	
4,934	4,346	6,16	82,694	200		Борщ Московский
					Борщ Московский ФК, 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	
10,1	7	8,7	136,2	100		Говядина по-мексикански
					Говядина по-мексикански ФК	
3,211	2,6	35,516	170,963	130		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	
0,09	0,09	10,15	42,26	200		Компот фруктовый (яблочный)*
					Яблоки свежие, 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.

М. О. директора
Костенко Е. П.

УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор

ООО "Школьник-ЮЗ"

Ефремова Е.А.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

19 марта 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
2,32	2,95		35,83	10	Сыр полутвердый Сыр с м.д.ж 45%
3,8	3,4	19,48	123,66	200	Кофейный напиток злаковый на молоке Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко
1,46	3,58	18,42	111,74	20	Кондитерское изделие Печенье
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					
1,144	4,765	8,704	82,277	65	Салат из отварного картофеля, свежего огурца и зеленого салата Картофель свежий, Огурцы свежие, Капуста Пекинская (Салат Китайский), 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
11,34 7	10,437	2,079	147,623	70	Гуляш из отварного мяса Говядина лопаточная часть п/ф, Соль, Лук репчатый свежий, Морковь свежая, Томат-паста, Масло сливочное, Мука пшеничная
3,345	6,315	21,615	156,645	150	Пюре картофельное Картофель свежий, Молоко, Масло сливочное, 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
2,64	0,44	16,4	80,12	40	Хлеб ржано-пшеничный Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Полдник с 3-7 ДС					
4,77	5,85	27,105	180,18	150	Каша молочная кукурузная жидкая Крупа Кукурузная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
2,464	1,644	22,764	115,712	40	Ватрушка с повидлом Мука пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Яйцо куриное пищевое С1, Дрожжи сухие, Масло растительное, Повидло (начинка термостойкая в ассортименте), Масло растительное
7,02	4,5	7,56	98,82	180	Ряженка Ряженка
		9	35,964	180	Чай с сахаром Чай черный весовой, Сахар-песок

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Ужин 1 с 3-7 ДС					
0,33	0,06	1,14	6,42	30	Помидоры свежие Помидоры
20,85 6	24,816	43,054	479,072	220	Плов куриный Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Масло растительное, Лук репчатый свежий, Морковь свежая, Томат-паста, Крупа Рисовая, Соль
0,28	0,6	10,42	43,3	200	Компот из плодов свежих (апельсин) Апельсин, Сахар-песок
0,02	0,02	17,28	69,35	18	Кондитерское изделие Мармелад
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке

Главный технолог

Зав. производством