

СОГЛАСОВАНО

Директор № 1356

Ф.И.О.

Косарева



УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор

ООО "Школьник-ЮЗ"

Ефремова Е.А.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

15 марта 2024 г.



Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
5,166	7,38	29,34	204,534	180	Завтрак 1 с 3-7 ДС
					Каша рисовая молочная жидкая
					Крупа Рисовая, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
3,9	3,84	17,66	120,84	200	Кофейный напиток из цикория с молоком
					Молоко, Сахар-песок, Напиток кофейный цикорий растворимый
4,64	5,9		71,66	20	Сыр полутвердый
					Сыр с м.д.ж 45%
1,6	0,6	10	51,8	20	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	
1,144	4,765	8,704	82,277	65	Обед с 3-7 ДС
					Салат из отварного картофеля, свежего огурца и зеленого салата
					Картофель свежий, Огурцы свежие, Капуста Пекинская (Салат Китайский), Масло растительное, Соль
2,02	3,2	12,22	85,68	200	Рассольник домашний
					Капуста белокочанная свежая, Картофель свежий, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки) ДП, Масло растительное, Соль, Сметана
10	14,4	7,52	199,68	80	Тефтели рубленые из говядины
					Говядина котлетная часть с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Лук репчатый свежий, Масло сливочное, Соль, Масло растительное
4,797	3,783	30,55	175,396	130	Изделия макаронные отварные
					Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное
0,1	0,02	7,26	29,66	200	Напиток вишневый
					Вишня б/з, Сахар-песок
1,6	0,6	10	51,8	20	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	
5,912	5,584	34,76	212,944	80	Полдник с 3-7 ДС
					Оладьи
					Мука пшеничная, Яйцо куриное пищевое С1, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное
		3,3	13,2	5	Повидло
					Повидло (жем) в ассортименте
1,08	1,152	8,892	50,22	180	Чай с молоком с сахаром
					Чай черный весовой, Сахар-песок, Молоко
		9	35,964	180	Чай с сахаром
					Чай черный весовой, Сахар-песок

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Ужин 1 с 3-7 ДС
9,688	8,048	1,912	118,84	80	Гуляш из мяса птицы
					Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Масло сливочное, Мука пшеничная, Томат-паста, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Соль
2,595	7,725	16,425	145,605	150	Рагу из овощей
					Картофель свежий, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Масло растительное, Масло растительное, Томат-паста, Морковь свежая, Мука пшеничная, Чеснок, Соль
0,06	0,06	7,36	30,2	200	Компот из плодов свежих
					Яблоки свежие, Апельсин, Сахар-песок, Лимонная кислота
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