



УТВЕРЖДЕНО

Директор

ООО "Московский школьник"

Калитин А.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

7 декабря 2017 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1 (ясли) с 1,5-3					
4,28	5,68	15,22	129,072	120	Каша жидкая на молоке (гречневая) Крупа Гречневая Молоко, Сахар-песок, Соль Масло сливочное
		7,49	29,97	150	Чай с сахаром Чай черный весовой Сахар-песок
0,08	8,25	0,08	74,89	10	Масло коровьесладкосливочное несоленое
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта
Завтрак 2 (ясли) с 1,5-3					
0,38	0,38	9,31	42,18	95	Плоды и ягоды свежие (Яблоко)
Обед (ясли) с 1,5-3					
0,741	3,105	3,903	46,515	30	Салат овощной с фасолью Картофель свежий Морковь свежая очищенная п/ф. Фасоль сухая, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки) Лук репчатый свежий очищенный п/ф. Масло растительное, Соль
1,703	3,77	8,684	75,491	130	Суп из овощей на мясном бульоне Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф. Картофель свежий Горштек зеленый б/з. Морковь свежая очищенная г/ф. Лук репчатый свежий очищенный п/ф. Сметана Масло растительное, Соль
14,67	14,13	26,531	291,945	150	Запеканка картофельная с мясом отварным Говядина котлетная часть с/м Картофель свежий Лук репчатый свежий очищенный п/ф. Масло сливочное Сухари панировочные Соль
0,045	0,015	18,075	72,585	150	Кисель из клюквы быстрозамороженной Клюква б/з Крахмал картофельный Сахар-песок
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта
1,32	0,22	8,2	40,06	20	Хлеб ржано-пшеничной
Полдник (ясли) с 1,5-3					
3,648	3,592	19,136	123,44	80	Запеканка со свежими плодами Крупа Пшено Молочно, Соль Сахар-песок Яйцо диетическое, Масло сливочное Сухари панировочные Яблоки свежие Сметана
2,118	2,73	18,885	87,909	30	Булочка Городская Мука пшеничная, Сахар-песок Масло сливочное, Молоко Яйцо диетическое Дрожжи сухие Соль Сахар-песок Ванилин Яйцо диетическое Масло растительное
3,92	3,78	14,28	106,82	140	Йогурт питьевой фруктовый
Ужин 1 (ясли) с 1,5-3					
5,86	8,42	13,84	154,52	200	Капуста, тушенная с мясом Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф. Масло растительное Морковь свежая очищенная п/ф. Лук репчатый свежий очищенный п/ф. Томат-паста, Соль Сахар-песок Говядина тазобедренная часть п/ф
				20	Печенье
0,08	8,25	0,08	74,89	10	Масло коровьесладкосливочное несоленое
0,21	0,05	16,41	66,885	150	Напиток из плодов сухих (изюм) Сахар-песок Лимонная кислота Изюм
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта
Вода питьевая детская(на весь день) (ясли) с 1,5-3					
				100	Вода питьевая детская

Белки	Жиры	Углеводы	Калор	Выход, г	
Завтрак 1 с 3-7					
6,421	8,51	22,829	193,608	180	Каша жидкая на молоке (гречневая) Крупа Гречневая Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
		9,99	39,96	200	Чай с сахаром Чай черный весовой, Сахар-песок
0,08	8,25	0,08	74,89	10	Масло коровьесладкосливочное несоленое
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта

Белки	Жиры	Углеводы	Калор	Выход, г	
Завтрак 2 с 3-7					
0,4	0,4	9,8	44,4	100	Плоды и ягоды свежие (Яблоко)

Белки	Жиры	Углеводы	Калор	Выход, г	
Обед с 3-7					
1,482	6,21	7,808	93,03	60	Салат овощной с фасолью Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Фасоль сухая, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заправки), Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль
2,62	5,8	13,36	116,14	200	Суп из овощей на мясном бульоне Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Горошек зеленый б/з, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Сметана, Масло растительное, Соль
17,6	16,951	31,84	350,334	180	Запеканка картофельная с мясом отварным Говядина котлетная часть с/м, Картофель свежий, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло сливочное, Сухари панировочные, Соль
0,06	0,02	24,1	96,78	200	Кисель из клюквы быстрозамороженной Клюква б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта
1,32	0,22	8,2	40,06	20	Хлеб ржано-пшеничной

Белки	Жиры	Углеводы	Калор	Выход, г	
Полдник с 3-7					
4,56	4,49	23,92	154,3	100	Запеканка со свежими плодами Крупа Пшено, Молоко, Соль, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Сухари панировочные, Яблоки свежие, Сметана
2,118	2,73	18,885	87,909	30	Булочка Городская Мука пшеничная, Сахар-песок, Масло сливочное, Молоко, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Соль, Сахар-песок, Ванилин, Яйцо диетическое, Масло растительное
6,24	4	6,72	87,84	160	Ряженка

Белки	Жиры	Углеводы	Калор	Выход, г	
Ужин 1 с 3-7					
5,86	8,42	13,84	154,52	200	Капуста, тушенная с мясом Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Томат-паста, Соль, Сахар-песок, Говядина тазобедренная часть п/ф
				20	Печенье
0,08	8,25	0,08	74,89	10	Масло коровьесладкосливочное несоленое
0,28	0,06	21,88	89,18	200	Напиток из плодов сухих (изюм) Сахар-песок, Лимонная кислота, Изюм
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта

Белки	Жиры	Углеводы	Калор	Выход, г	
Вода питьевая детская(на весь день) с 3-7					
				200	Вода питьевая детская

Примечание: По желанию родителей на полдник может выдаваться "Чай с сахаром"

ПЕЧАТЬ

Общество с ограниченной
ответственностью
«Московский школьник»

Главный технолог _____

Зав. производством _____