



УТВЕРЖДЕНО
Директор
ООО "Московский школьник"
Калитин А.

МЕНЮ
За счет бюджета города Москвы
10 ноября 2017 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Завтрак 1 (ясли) с 1,5-3
17,96	11,43	20,14	255,25	100	Запеканка из творога Творог 9%, Крупа Манная, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Соль, Сухари панировочные, Сметана
0,72	0,85	5,55	32,73	10	Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности
2,93	2,88	13,25	90,63	150	Кофейный напиток из цикория с молоком Молоко, Напиток кофейный цикорий растворимый, Сахар-песок
0,08	8,25	0,08	74,89	10	Масло коровьесладкосливочное несоленое
2,32	2,95		35,83	10	Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45%
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Завтрак 2 (ясли) с 1,5-3
0,2	0,15	5,15	22,75	50	Фрукты и ягоды свежие (Груша)

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Обед (ясли) с 1,5-3
0,53	2,2	4,02	37,974	30	Салат из отварного картофеля свежего огурца и зеленого салата Картофель свежий, Огурцы свежие, Капуста Пекинская (Салат Китайский), Масло растительное, Соль
1,339	2,093	8,983	60,034	130	Рассольник ленинградский Картофель свежий, Крупа Перловая, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Масло растительное, Соль, Сметана
10,45	7,42	2,92	118,587	70	Печень по-строгановски Печень говяжья с/м, Томат-паста, Сметана, Соль, Масло сливочное, Мука пшеничная, Соль
1,84	1,45	11,75	67,46	50	Изделия макаронные отварные Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное
				150	Сок фруктовый
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 (ясли) с 1,5-3
7,39	6,98	43,45	266,18	100	Оладьи Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное
		3,3	13,2	5	Повидло
4,2	4,48	5,6	79,52	140	Биокефир

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Ужин 1 (ясли) с 1,5-3
7,07	5,945	0,8	84,965	50	Гуляш из отварной птицы Мясо кур (п/ф бедра, голень, грудка) с/м, Масло сливочное, Мука пшеничная, Томат-паста, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль
3,17	5,99	16,819	133,866	180	Свекла тушеная Свекла свежая очищенная п/ф, Масло сливочное, Сметана, Соль
0,041	0,041	16,01	64,605	150	Компот из плодов свежих Яблоки свежие, Апельсин, Сахар-песок, Лимонная кислота
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) (ясли) с 1,5-3
				100	Вода питьевая детская

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1 с 3-7					
17,96	11,43	20,14	255,25	100	Запеканка из творога <small>Творог 9%, Крупа Манья, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Соль, Сухари панировочные, Сметана</small>
0,72	0,85	5,55	32,73	10	Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности
3,9	3,84	17,66	120,84	200	Кофейный напиток из цикория с молоком <small>Молоко, Напиток кофейный цикорий растворимый, Сахар-песок</small>
0,08	8,25	0,08	74,89	10	Масло коровьесладкосливочное несоленое
2,32	2,95		35,83	10	Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45%
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					
0,32	0,24	8,24	36,4	80	Фрукты и ягоды свежие (Груша)

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед с 3-7					
1,05	4,4	8,03	75,948	60	Салат из отварного картофеля свежего огурца и зеленого салата <small>Картофель свежий, Огурцы свежие, Капуста Пекинская (Салат Китайский), Масло растительное, Соль</small>
2,06	3,22	13,82	92,36	200	Рассольник ленинградский <small>Картофель свежий, Крупа Перловая, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заправки), Масло растительное, Соль, Сметана</small>
10,45	7,42	2,92	118,587	70	Печень по-строгановски <small>Печень говяжья с/м, Томат-паста, Сметана, Соль, Масло сливочное, Мука пшеничная, Соль</small>
4,42	3,49	28,2	161,904	120	Изделия макаронные отварные <small>Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное</small>
0,75	0,15	15,15	64,95	150	Сок фруктовый
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					
7,39	6,98	43,45	266,18	100	Оладьи <small>Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное</small>
		3,3	13,2	5	Повидло
4,48	4,8	16,64	127,68	160	Биоогурт фруктовый питьевой

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Ужин 1 с 3-7					
7,07	5,945	0,8	84,965	50	Гуляш из отварной птицы <small>Мясо кур (п/ф бедро голень, грудка) с/м, Масло сливочное, Мука пшеничная, Томат-паста, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль</small>
3,17	5,99	16,819	133,866	180	Свекла тушеная <small>Свекла свежая очищенная п/ф, Масло сливочное, Сметана, Соль</small>
0,06	0,06	21,35	86,14	200	Компот из плодов свежих <small>Яблоки свежие, Апельсин, Сахар-песок, Лимонная кислота</small>
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"

Общество с ограниченной
ответственностью
«Московский Школьник»

Главный технолог _____

Зав. производством _____