



1286

УТВЕРЖДЕНО

Директор
ООО "Московский школьник"
Калитин А

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы
11 декабря 2017 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор	Выход, г	
					Завтрак 1 (ясли) с 1,5-3
4,67	4,38	24,15	154,728	120	Каша пшенинная молочная Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль
0,03		7,58	30,465	150	Чай с лимоном Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон
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 (ясли) с 1,5-3
0,2	0,2	4,9	22,2	50	Фрукты и ягоды свежие (Яблоко)

Белки	Жиры	Углеводы	Калор	Выход, г	
					Обед (ясли) с 1,5-3
0,426	3,024	2,493	38,895	30	Салат из свеклы с растительным маслом Свекла свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль
3,61	2,89	7,38	70,005	130	Уха ростовская Рыба филе Трески б/к с/м, Картофель свежий, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Помидоры
12,671	11,66	17,171	224,34	150	Рагу из мяса птицы Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Соль, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Томат-паста, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Мука пшеничная, Масло растительное
0,21	0,05	20,91	84,855	150	Компот из плодов сухих Изюм, Чернослив, Сахар-песок, Лимонная кислота
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
4,28	3,456	15,472	110,136	80	Макаронные изделия, запеченные с яйцом Макаронные изделия, Масло сливочное, Яйцо диетическое, Молоко, Соль
				20	Печенье
4,2	4,48	5,6	79,52	140	Кефир

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
7,099	6,57	35,23	232,092	180	Каша пшенинная молочная Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль
0,04		10,11	40,62	200	Чай с лимоном Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон
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
0,32	0,32	7,84	35,52	80	Фрукты и ягоды свежие (Яблоко)

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Обед с 3-7
0,852	6,048	4,986	77,79	60	Салат из свеклы с растительным маслом <small>Свекла свежая очищенная п/ф Масло растительное Соль</small>
5,56	4,45	11,36	107,7	200	Уха ростовская <small>Рыба филе Трески бл/с/м Картофель свежий Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Помидоры</small>
15,21	14	20,61	269,208	180	Рагу из мяса птицы <small>Мясо кур (п/ф бедро голень грудка) с/м, Соль, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Томат-паста, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Мука пшеничная, Масло растительное</small>
0,28	0,06	27,88	113,14	200	Компот из плодов сухих <small>Изюм, Чернослив, Сахар-песок, Лимонная кислота</small>
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
5,35	4,32	19,34	137,67	100	Макароны, запеченные с яйцом <small>Макаронные изделия, Масло сливочное, Яйцо диетическое, Молоко, Соль</small>
				20	Печенье
4,64	5,12	6,4	90,88	160	Кефир

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Ужин 1 с 3-7
7,96	6,38	6,25	114,275	50	Фрикадельки мясные паровые собственного производства <small>Говядина котлетная часть с/м Хлеб пшеничный в нарезке, Соль</small>
3,78	3,726	30,546	170,73	180	Картофель отварной <small>Картофель свежий, Масло сливочное, Соль</small>
0,06	0,06	21,36	86,14	200	Напиток яблочный <small>Яблоки свежие, 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"

ЦТАМП

Общество с ограниченной
ответственностью
«Московский ц.кольник»

Главный технолог _____

Зав. производством _____