



УТВЕРЖДЕНО
 Директор
 ООО "Московский школьник"
 Калитин А.

МЕНЮ
 За счет бюджета города Москвы
 15 января 2018 г.

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор | Выход, г | |
|---------------------------------|------|----------|---------|----------|--|
| Завтрак 1 (ясли) с 1,5-3 | | | | | |
| 4,67 | 4,38 | 24,15 | 154,728 | 120 | Каша пшенная 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 |
| 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 | | | | | |
| 0,855 | 0,19 | 7,695 | 35,91 | 95 | Фрукты и ягоды свежие (Апельсин) |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор | Выход, г | |
|----------------------------|-------|----------|---------|----------|--|
| Обед (ясли) с 1,5-3 | | | | | |
| 0,354 | 2,124 | 2,784 | 31,677 | 30 | Салат из моркови с сахаром Морковь свежая очищенная п/ф, Сахар-песок, Масло растительное |
| 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 |
| 7,477 | 8,49 | 8,42 | 139,965 | 70 | Котлеты мясные рубленные собственного производства, запеченные с соусом молочным Говядина котлетная часть г/м Хлеб пшеничный в нарезке, Соль, Молоко, Масло сливочное, Мука пшеничная, Масло растительное |
| 2,11 | 1,79 | 9,52 | 62,6 | 50 | Каша гречневая рассыпчатая Крупа Гречневая, 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 | | | | | |
| 14,49 | 8,26 | 37 | 280,32 | 100 | Сырники по-киевски Творог 9%, Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Соль, Ванилин, Повидло (джем) в ассортименте, Сухари панировочные, Масло сливочное |
| 4,2 | 4,48 | 5,6 | 79,52 | 140 | Биокефир |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор | Выход, г | |
|------------------------------|-------|----------|---------|----------|---|
| Ужин 1 (ясли) с 1,5-3 | | | | | |
| 7,46 | 5,17 | 2,09 | 84,705 | 50 | Печень по-строгановски Печень говяжья с/м Томат-паста, Сметана, Соль, Масло сливочное, Мука пшеничная, Соль |
| 6,64 | 5,231 | 42,3 | 242,856 | 180 | Изделия макаронные отварные Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное |
| 0,09 | 0,09 | 17,19 | 69,93 | 150 | Компот из плодов свежих (яблоки) Яблоки свежие, 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 | |
|-------|------|----------|---------|-------|---|
| | | | | | Завтрак 1 с 3-7 |
| 7,099 | 6,57 | 36,23 | 232,092 | 180 | Каша пшеничная 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 |
| 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 | |
|-------|------|----------|--------|-------|---|
| | | | | | Завтрак 2 с 3-7 |
| 0,9 | 0,2 | 8,1 | 37,8 | 100 | Фрукты и ягоды свежие (Апельсин) |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход | |
|-------|-------|----------|---------|-------|--|
| | | | | | Обед с 3-7 |
| 0,708 | 4,248 | 5,568 | 63,354 | 60 | Салат из моркови с сахаром Морковь свежая очищенная п/ф, Сахар-песок, Масло растительное |
| 2,06 | 3,22 | 13,82 | 92,36 | 200 | Рассольник ленинградский Картофель свежий, Крупа Перловая, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Стручки консервированные без уксуса (без учета заливки), Масло растительное, Соль, Сметана |
| 7,477 | 8,49 | 8,42 | 139,965 | 70 | Котлеты мясные рубленые собственного производства, запеченные с соусом молочным Говядина котлетная часть с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль, Молоко, Масло сливочное, Мука пшеничная, Масло растительное |
| 5,06 | 4,29 | 22,85 | 150,24 | 120 | Каша гречневая рассыпчатая Крупа Гречневая, Соль, Масло сливочное |
| 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 | |
|-------|------|----------|--------|-------|---|
| | | | | | Полдник с 3-7 |
| 14,49 | 6,26 | 37 | 280,32 | 100 | Сырники по-киевски Творог 9%, Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Соль, Ванилин, Повидло (джем) в ассортименте, Сухари панировочные, Масло сливочное |
| 4,48 | 4,8 | 16,64 | 127,66 | 160 | Биоогурт фруктовый питьевой |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход | |
|-------|-------|----------|---------|-------|--|
| | | | | | Ужин 1 с 3-7 |
| 7,46 | 5,17 | 2,09 | 84,705 | 50 | Печень по-строгановски Печень говяжья с/м, Томат-паста, Сметана, Соль, Масло сливочное, Мука пшеничная, Соль |
| 6,64 | 5,231 | 42,3 | 242,856 | 180 | Изделия макаронные отварные Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное |
| 0,12 | 0,12 | 22,92 | 93,24 | 200 | Компот из плодов свежих (яблоки) Яблоки свежие, Сахар-песок, Лимонная кислота |
| 1,6 | 0,6 | 10 | 51,8 | 20 | Хлеб из муки пшеничной первого сорта |

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

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

ШТАММ
Общество с ограниченной ответственностью
«ИЗДАТЕЛЬСТВО»

Главный технолог _____

Зав. производством _____