



СОГЛАСОВАНО  
 Директор ДС № 1286  
 Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО

Директор  
 ООО "Московский школьник"  
 Калитин А.

**МЕНЮ**  
 За счет бюджета города Москвы  
 15 ноября 2017 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Завтрак 1 (ясли) с 1,5-3</b>					
3,67	5,57	17,19	133,608	120	<b>Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)</b> Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное
		7,49	29,97	150	<b>Чай с сахаром</b> Чай черный весовой, Сахар-песок
0,08	8,25	0,08	74,89	10	<b>Масло коровьесладкосливочное несоленое</b>
1,6	0,6	10	51,8	20	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>
<b>Завтрак 2 (ясли) с 1,5-3</b>					
0,2	0,2	4,9	22,2	50	<b>Плоды и ягоды свежие (Яблоко)</b>
<b>Обед (ясли) с 1,5-3</b>					
0,49	3,03	2,89	40,749	30	<b>Салат из капусты с растительным маслом</b> Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Лимонная кислота, Сахар-песок, Масло растительное, Соль
3,492	2,676	8,988	74,052	120	<b>Суп картофельный с бобовыми (горох)</b> Картофель свежий, Горох колотый, Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль
1,14	0,43	7,15	37,037	10	<b>Сухарики из хлеба пшеничного</b>
10,612	2,793	10,661	110,278	70	<b>Котлеты рубленые из фарша рыбного</b> Рыба филе Трески б/к с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо диетическое, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное
1,84	1,45	11,75	67,46	50	<b>Изделия макаронные отварные</b> Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное
0,075	0,015	12,945	52,215	150	<b>Напиток вишневый</b> Вишня б/з, Сахар-песок
1,6	0,6	10	51,8	20	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>
1,32	0,22	8,2	40,06	20	<b>Хлеб ржано-пшеничной</b>
<b>Полдник (ясли) с 1,5-3</b>					
7,39	6,98	43,45	266,18	100	<b>Оладьи.</b> Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное
		3,3	13,2	5	<b>Повидло</b>
4,2	4,48	5,6	79,52	140	<b>Биокефир</b>
<b>Ужин 1 (ясли) с 1,5-3</b>					
6,13	5,64	5,82	98,535	50	<b>Котлеты рубленые из птицы (цыплята) собственного производства, запеченные с соусом молочным</b> Мясо кур (п/ф бедро голень, грудка) с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль, Молоко, Масло сливочное, Мука пшеничная, Сыр с м.ж 45%, Соль
7,596	6,426	34,272	225,36	180	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> Крупа Гречневая, Соль, Масло сливочное
0,39	0,03	14,4	59,355	150	<b>Кисель абрикосовый</b> Курага, Крахмал картофельный, Сахар-песок
1,6	0,6	10	51,8	20	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>
<b>Вода питьевая детская(на весь день) (ясли) с 1,5-3</b>					
				100	<b>Вода питьевая детская</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор	Выход, г	
<b>Завтрак 1 с 3-7</b>					
5,501	8,359	25,78	200,412	180	<b>Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)</b> Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное
		9,99	39,96	200	<b>Чай с сахаром</b> Чай черный весовой, Сахар-песок
0,08	8,25	0,08	74,89	10	<b>Масло коровьесладкосливочное несоленое</b>
1,6	0,6	10	51,8	20	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор	Выход, г	
<b>Завтрак 2 с 3-7</b>					
0,32	0,32	7,84	35,52	80	<b>Плоды и ягоды свежие (Яблоко)</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Обед с 3-7</b>					
0,98	6,05	5,78	81,498	60	<b>Салат из капусты с растительным маслом</b> Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Лимонная кислота, Сахар-песок, Масло растительное, Соль
5,529	4,237	14,231	117,249	190	<b>Суп картофельный с бобовыми (горох)</b> Картофель свежий, Горох колотый, Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль
1,14	0,43	7,15	37,037	10	<b>Сухарики из хлеба пшеничного</b>
10,612	2,793	10,661	110,278	70	<b>Котлеты рубленые из фарша рыбного</b> Рыба филе Трески б/л с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо диетическое, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное
4,42	3,49	28,2	161,904	120	<b>Изделия макаронные отварные</b> Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное
0,1	0,02	17,26	69,62	200	<b>Напиток вишневый</b> Вишня б/л, Сахар-песок
1,6	0,6	10	51,8	20	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>
1,32	0,22	8,2	40,06	20	<b>Хлеб ржано-пшеничной</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Полдник с 3-7</b>					
7,39	6,98	43,45	266,18	100	<b>Оладьи</b> Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное
		3,3	13,2	5	<b>Повидло</b>
4,48	4,8	16,64	127,68	160	<b>Биоогурт фруктовый питьевой</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Ужин 1 с 3-7</b>					
6,13	5,64	5,82	98,535	50	<b>Котлеты рубленые из птицы (цыплята) собственного производства, запеченные с соусом молочным</b> Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль, Молоко, Масло сливочное, Мука пшеничная, Сыр с м.ж 45%, Соль
7,596	6,426	34,272	225,36	180	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> Крупа Гречневая, Соль, Масло сливочное
0,52	0,04	19,2	79,14	200	<b>Кисель абрикосовый</b> Курага, Крахмал картофельный, Сахар-песок
1,6	0,6	10	51,8	20	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>

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

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

ШТАМП

Общество с ограниченной  
ответственностью  
«МОСКОВСКИЙ ШКОЛЬНИК»

Главный технолог \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_