

СОГЛАСОВАНО
Директор ДО № 1286УТВЕРЖДЕНО
Директор
ООО "Московский школьник"
Калитин А.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы
29 декабря 2017 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор	Выход, г	
Завтрак 1 (ясли) с 1,5-3					
3,67	5,57	17,19	133,608	120	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных) Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, 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

Белки	Жиры	Углеводы	Калор	Выход, г	
Завтрак 2 (ясли) с 1,5-3					
0,38	0,38	9,31	42,18	95	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
1,37	3,32	7,21	64,168	130	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая) Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Крупа Перловая, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Сметана
10,612	2,793	10,661	110,278	70	Котлеты рубленые из фарша рыбного Рыба филе Трески Б/к с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо диетическое, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное
2,1	2,07	16,97	94,85	100	Картофель отварной Картофель свежий, Масло сливочное, Соль
				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					
3,62	3,77	21,24	133,376	80	Пудинг манный Крупа Манная, Молоко, Соль, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Сухари панировочные, Сметана
0,029	0,002	3,278	13,24	5	Соус абрикосовый Курага, Сахар-песок
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					
5,501	8,359	25,78	200,412	180	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных) Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, 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	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 Свекла свежая очищенная п/ф Масло растительное, Соль
2,1	5,11	11,09	98,72	200	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая) Капуста белокочанная сырая очищенная п/ф Картофель свежий Крупа Перловая Морковь свежая очищенная п/ф Лук репчатый свежий очищенный п/ф Масло растительное Соль, Сметана
10,612	2,793	10,661	110,278	70	Котлеты рубленые из фарша рыбного Рыба филе Трески б/к с/м Молоко Хлеб пшеничный в нарезке Яйцо диетическое Соль Сухари панировочные Масло растительное
2,52	2,484	20,364	113,82	120	Картофель отварной Картофель свежий Масло сливочное Соль
0,75	0,15	15,15	64,95	150	Сок фруктовый
1,8	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					
4,52	4,72	26,55	166,72	100	Пудинг манный Крупа Манная Молоко Соль Сахар-песок Яйцо диетическое Масло сливочное Сухари панировочные Сметана
0,029	0,002	3,278	13,24	5	Соус абрикосовый Курага Сахар-песок
4,64	5,12	6,4	90,88	160	Кефир

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"

ШТАМП

Общество с ограниченной
ответственностью
«Московский школьник»

Главный технолог _____

Зав. производством _____