

СОГЛАСОВАНО

Директор № 1311

Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

ООО "Школьник-ЮЗ"

Мисик М.В.



МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы
18 сентября 2020 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Завтрак 1 с 3-7 ДС
17,94	11,41	20,12	254,88	100	Запеканка из творога Творог Кр, Крупа Манная, Сахар-песок, Яйцо куриное диетическое (белое) Кр, Масло сливочное, Соль, Хлеб пшеничный Кр, Сметана Кр
0,006	0,002	5,285	21,188	10	Соус клюквенный Клюква б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок
				200	Кофейный напиток злаковый на молоке Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко Кр
0,08	8,25	0,08	74,89	10	Масло коровьесладкосливочное несоленое Масло сливочное шт
0,08	8,25	0,08	74,89	10	Масло коровьесладкосливочное несоленое Масло сливочное шт
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный Кр

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Завтрак 2 с 3-7 ДС
0,855	0,19	7,695	35,91	95	Плоды и ягоды свежие (Апельсин) Апельсин

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Обед с 3-7 ДС
0,816	4,854	4,59	65,28	60	Салат из свеклы с солеными огурцами Свекла очищенная, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Лимонная кислота, Масло растительное
1,38	2,14	6,46	50,6	200	Щи из свежей капусты Капуста белокочанная очищенная, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Томат-паста Кр, Лук репчатый очищенный, Масло растительное, Соль
5,887	5,838	7,987	108,073	70	Тефтели мясные с соусом собственного производства Говядина котлетная или шейная часть или грудинка с/м Кр, Хлеб пшеничный Кр, Лук репчатый очищенный, Соль, Масло растительное, Мука пшеничная Кр, Томат-паста Кр, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Сахар-песок, Соль
2,64	3,492	17,256	110,94	120	Пюре картофельное Картофель очищенный, Масло растительное, Соль
0,1	0,02	17,26	69,62	200	Напиток вишневый Вишня б/з, Сахар-песок
1,32	0,22	8,2	40,06	20	Хлеб ржано-пшеничной Хлеб ржано-пшеничный Кр
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный Кр

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Полдник с 3-7 ДС
				120	Каша жидкая на молоке (гречневая) Крупа Гречневая, Молоко Кр, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
2,74	1,74	15,24	87,564	30	Булочка Любимая Мука пшеничная Кр, Молоко Кр, Яйцо куриное диетическое (белое) Кр, Сахар-песок, Дрожжи пресованные Кр, Соль, Масло сливочное, Масло растительное
				160	Биокефир Биокефир 200гр шт

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Ужин 1 с 3-7 ДС
11,15	10,81	3,965	157,73	50	Шницель рубленный из индейки Мясо индейки с/м Кр, Яйцо куриное диетическое (белое) Кр, Соль, Хлеб пшеничный Кр, Масло растительное
				180	Рагу из овощей Картофель очищенный, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Масло растительное, Масло растительное, Томат-паста Кр, Морковь очищенная, Мука пшеничная Кр, Сахар-песок, Чеснок свежий очищенный п/ф, Соль
0,1	0,04	24,46	98,6	200	Кисель из смородины Смородина черная б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный Кр



МЕНЮ (Льготное)

18 сентября 2020 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	ЗАВТРАК С 1-4 кл	87,71 р.
0,00	0,00	0,00	0,00	150	Каша жидкая на молоке (гречневая)	
					Крупа Гречневая, Молоко Кр, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное	
0,00	0,00	15,98	63,84	200	Чай с сахаром	
					Чай черный весовой, Сахар-песок	
1,5	0,58	10,28	52,4	20	Хлеб из муки пшеничной	
					Хлеб пшеничный Кр	
0,00	0,00	0,00	0,00	80	Пирожное с яблоком 80 Кр	
0,08	8,25	0,08	74,8	10	Масло коровье сладкосливочное несоленое	
					Масло сливочное шт	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	ОБЕД С 1-4 кл	146,79 р.
0,834	6,054	2,844	69,78	60	Салат из сборных овощей	
					Капуста белокочанная очищенная, Морковь очищенная, Помидоры, Огурцы свежие, Масло растительное, Соль	
3,58	4,14	9,84	82,7	200	Борщ с капустой и картофелем	
					Свекла очищенная, Капуста белокочанная очищенная, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Томат-паста Кр, Масло растительное, Сахар-песок, Соль, Лимонная кислота	
14,84	14,76	12,85	235,27	100	Котлеты рубленые из птицы (индейка)	
					Мясо индейки с/м Кр, Хлеб пшеничный Кр, Соль, Масло растительное	
4,032	4,116	28,176	167,424	120	Изделия макаронные отварные	
					Макаронные изделия, Соль, Масло растительное	
0,12	0,04	16,86	69,12	200	Напиток смородина	
					Смородина черная б/з, Сахар-песок	
1,5	0,58	10,28	52,4	20	Хлеб из муки пшеничной	
					Хлеб пшеничный Кр	
1,12	0,22	9,88	46,4	20	Хлеб ржано-пшеничный	
					Хлеб ржано-пшеничный Кр	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	ЗАВТРАК С 5-11 кл	94,62 р.
0,00	0,00	0,00	0,00	180	Каша жидкая на молоке (гречневая)	
					Крупа Гречневая, Молоко Кр, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное	
0,00	0,00	15,98	63,84	200	Чай с сахаром	
					Чай черный весовой, Сахар-песок	
0,00	0,00	0,00	0,00	40	Хлеб из муки пшеничной	
					Хлеб пшеничный Кр	
0,00	0,00	0,00	0,00	80	Пирожное с яблоком 80 Кр	
0,08	8,25	0,08	74,8	10	Масло коровье сладкосливочное несоленое	
					Масло сливочное шт	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	ОБЕД С 5-11 кл	174,75 р.
1,39	10,09	4,74	116,3	100	Салат из сборных овощей	
					Капуста белокочанная очищенная, Морковь очищенная, Помидоры, Огурцы свежие, Масло растительное, Соль	
4,475	5,175	12,3	103,375	250	Борщ с капустой и картофелем	
					Свекла очищенная, Капуста белокочанная очищенная, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Томат-паста Кр, Масло растительное, Сахар-песок, Соль, Лимонная кислота	
14,84	14,76	12,85	235,27	100	Котлеты рубленые из птицы (индейка)	
					Мясо индейки с/м Кр, Хлеб пшеничный Кр, Соль, Масло растительное	
5,04	5,145	35,22	209,28	150	Изделия макаронные отварные	
					Макаронные изделия, Соль, Масло растительное	
0,12	0,04	16,86	69,12	200	Напиток смородина	
					Смородина черная б/з, Сахар-песок	
0,00	0,00	0,00	0,00	40	Хлеб из муки пшеничной	
					Хлеб пшеничный Кр	
1,12	0,22	9,88	46,4	20	Хлеб ржано-пшеничный	
					Хлеб ржано-пшеничный Кр	