СОГЛАСОВАНО
Директор № 118
Ф.И.О.

_____

УТВЕРЖДЕНО
Директор
ООО "Школьник-ЮЗ"
Мисик М.В.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

5 июля 2019 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Завтрак 1 с 3-7 ДС
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
3,5	4,3	1,7	59,2	50	***Омлет с горошком зеленым запеченный*** Яйцо диетическое, Молоко, Горошек зеленый консервированный, Соль, Масло сливочное
3,2	1,2	20	103,6	40	***Хлеб из муки пшеничной первого сорта*** Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Завтрак 2 с 3-7 ДС
0,32	0,32	7,84	35,52	80	***Плоды и ягоды свежие (Яблоко)*** Яблоки свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Обед с 3-7 ДС
0,852	6,048	4,986	77,79	60	***Салат из свеклы с растительным маслом*** Свекла очищенная, Масло растительное, Соль
1,9	4,2	10,8	88,6	200	***19 Суп крестьянский с крупой (крупа перловая)*** 3Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель очищенный, Крупа Перловая, Морковь очищенная, 4Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль
10,612	2,793	10,661	110,278	70	***Котлеты рубленные из фарша рыбного*** Рыба филе Минтая н/к с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо диетическое, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное
2,496	2,892	20,34	117,42	120	***Картофель отварной*** Картофель очищенный, Масло растительное, Соль
0,06	0,06	21,35	86,14	200	***Компот из плодов свежих*** Яблоки свежие, Апельсин, Сахар-песок, Лимонная кислота
1,6	0,6	10	51,8	20	***Хлеб из муки пшеничной первого сорта*** Хлеб пшеничный в нарезке
1,32	0,22	8,2	40,06	20	***Хлеб ржано-пшеничной*** Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Полдник с 3-7 ДС
4,52	4,72	26,55	166,72	100	***Пудинг манный*** Крупа Манная, Молоко, Соль, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Сухари панировочные
0,016	0,002	1,27	5,161	5	***Соус абрикосовый*** Повидло (джем) абрикос, Мука пшеничная, Лимонная кислота, Сахар-песок
4,8	5,12	7,52	95,36	160	***Молоко ультрапастеризованное*** Молоко

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Ужин 1 с 3-7 ДС
0,93	0,06	1,95	12,06	30	***Горошек зеленый консервированный*** Горошек зеленый консервированный
16,9	15,55	22,89	299,12	200	***Рагу из мяса птицы*** Мясо кур (п/ф бедро,голень,грудка) с/м, Соль, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Томат-паста, 4Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Мука пшеничная, Масло растительное
0,46	0,15	29,11	119,62	200	***Напиток витаминный*** Шиповник, Сахар-песок, Изюм
1,6	0,6	10	51,8	20	***Хлеб из муки пшеничной первого сорта*** Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Вода питьевая детская (на весь день) 3-7
				200	***Вода питьевая детская*** Вода питьевая детская

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