

СОГЛАСОВАНО

Директор № 17  
Ф.И.О. *А.В. Ефремова*

УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор  
ООО "Школьник-ЮЗ"  
Ефремова Е.А.

# МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы  
13 февраля 2024 г.

| Белки | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г | Завтрак 1 (ясли) с 1,5-3 ДС                                                                          |
|-------|-------|----------|---------|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 4,966 | 5,096 | 22,685   | 156,494 | 130      | <b>Каша молочная пшеничная жидкая</b><br>Крупа Пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное |
| 0,036 |       | 7,308    | 29,358  | 180      | <b>Чай с лимоном</b><br>Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон                                       |
| 0,08  | 8,25  | 0,08     | 74,89   | 10       | <b>Масло коровье сладкосливочное несоленое</b><br>Масло сливочное                                    |
| 2,32  | 2,95  |          | 35,83   | 10       | <b>Сыр полутвердый</b><br>Сыр с м.д.ж 45%                                                            |
| 1,6   | 0,6   | 10       | 51,8    | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке                              |

| Белки | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г | Завтрак 2 (ясли) с 1,5-3 ДС                                   |
|-------|-------|----------|--------|----------|---------------------------------------------------------------|
| 0,665 | 0,133 | 13,433   | 57,589 | 133      | <b>Сок фруктовый</b><br>Сок яблочно-виноградный шт (0,2 л) ДП |

| Белки | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г | Обед (ясли) с 1,5-3 ДС                                                                                                                       |
|-------|-------|----------|---------|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 0,626 | 4,541 | 2,133    | 51,867  | 45       | <b>Салат из сборных овощей</b><br>Капуста белокочанная свежая, Морковь свежая, Помидоры, Огурцы свежие, Масло растительное, Соль             |
| 5,238 | 4,014 | 13,482   | 111,078 | 180      | <b>Суп картофельный с бобовыми (горох)</b><br>Картофель свежий, Лук репчатый свежий, Горох колотый, Морковь свежая, Масло растительное, Соль |
| 1,144 | 0,429 | 7,15     | 37,037  | 10       | <b>Сухарики из хлеба пшеничного</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке                                                                              |
| 9,31  | 3,794 | 7,868    | 102,886 | 70       | <b>Тефтели рыбные</b><br>Рыба филе Минтая б/к с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Лук репчатый свежий, Соль, Масло сливочное              |
| 4,059 | 3,201 | 25,85    | 148,412 | 110      | <b>Изделия макаронные отварные</b><br>Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное                                                              |
| 0,09  | 0,018 | 6,534    | 26,694  | 180      | <b>Напиток вишневый</b><br>Вишня б/з, Сахар-песок                                                                                            |
| 1,6   | 0,6   | 10       | 51,8    | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке                                                                      |
| 1,32  | 0,22  | 8,2      | 40,06   | 20       | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b><br>Хлеб ржано-пшеничный в нарезке                                                                                |

| Белки | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г | Полдник (ясли) с 1,5-3 ДС                                                                                                                       |
|-------|-------|----------|---------|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5,057 | 4,745 | 24,869   | 162,422 | 130      | <b>Каша пшенная молочная</b><br>Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль                                                         |
| 2,742 | 1,734 | 14,643   | 85,164  | 30       | <b>Булочка Любимая</b><br>Мука пшеничная, Молоко, Яйцо куриное пищевое С1, Сахар-песок, Дрожжи сухие, Соль, Масло сливочное, Масло растительное |
| 5,85  | 3,75  | 6,3      | 82,35   | 150      | <b>Ряженка</b><br>Ряженка                                                                                                                       |
|       |       | 9        | 35,964  | 180      | <b>Чай с сахаром</b><br>Чай черный весовой, Сахар-песок                                                                                         |

| Белки | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г | Ужин 1 (ясли) с 1,5-3 ДС                                                                                                                                   |
|-------|-------|----------|--------|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 0,24  | 0,03  | 0,75     | 4,23   | 30       | <b>Огурцы свежие</b><br>Огурцы свежие                                                                                                                      |
|       |       |          |        | 180      | <b>Плов куриный</b><br>Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Масло растительное, Лук репчатый свежий, Морковь свежая, Томат-паста, Крупа Рисовая, Соль |
| 0,054 | 0,054 | 6,624    | 27,18  | 180      | <b>Компот из плодов свежих</b><br>Яблоки свежие, Апельсин, Сахар-песок, Лимонная кислота                                                                   |
| 1,6   | 0,6   | 10       | 51,8   | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке                                                                                    |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | Вода питьевая детская (на весь день) 1,5-3            |
|-------|------|----------|--------|----------|-------------------------------------------------------|
|       |      |          |        | 100      | <b>Вода питьевая детская</b><br>Вода питьевая детская |

| Белки | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г | Завтрак 1 с 3-7 ДС                                                                                   |
|-------|-------|----------|---------|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 6,876 | 7,056 | 31,41    | 216,684 | 180      | <b>Каша молочная пшеничная жидкая</b><br>Крупа Пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное |
| 0,04  |       | 8,12     | 32,62   | 200      | <b>Чай с лимоном</b><br>Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон                                       |
| 0,08  | 8,25  | 0,08     | 74,89   | 10       | <b>Масло коровье сладкосливочное несоленое</b><br>Масло сливочное                                    |
| 2,32  | 2,95  |          | 35,83   | 10       | <b>Сыр полутвердый</b><br>Сыр с м.д.ж 45%                                                            |
| 1,6   | 0,6   | 10       | 51,8    | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке                              |

| Белки | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г | Завтрак 2 с 3-7 ДС                               |
|-------|-------|----------|--------|----------|--------------------------------------------------|
| 0,665 | 0,133 | 13,433   | 57,589 | 133      | <b>Сок фруктовый</b><br>Сок яблочный-виноградный |

| Белки | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г | Обед с 3-7 ДС                                                                                                                                |
|-------|-------|----------|---------|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 0,904 | 6,559 | 3,081    | 74,919  | 65       | <b>Салат из сборных овощей</b><br>Капуста белокочанная свежая, Морковь свежая, Помидоры, Огурцы свежие, Масло растительное, Соль             |
| 5,529 | 4,237 | 14,231   | 117,249 | 190      | <b>Суп картофельный с бобовыми (горох)</b><br>Картофель свежий, Лук репчатый свежий, Горох колотый, Морковь свежая, Масло растительное, Соль |
| 1,144 | 0,429 | 7,15     | 37,037  | 10       | <b>Сухарики из хлеба пшеничного</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке                                                                              |
| 9,31  | 3,794 | 7,868    | 102,886 | 70       | <b>Тефтели рыбные</b><br>Рыба филе Минтая б/к с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Лук репчатый свежий, Соль, Масло сливочное              |
| 4,797 | 3,783 | 30,55    | 175,396 | 130      | <b>Изделия макаронные отварные</b><br>Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное                                                              |
| 0,1   | 0,02  | 7,26     | 29,66   | 200      | <b>Напиток вишневый</b><br>Вишня б/з, Сахар-песок                                                                                            |
| 1,6   | 0,6   | 10       | 51,8    | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке                                                                      |
| 1,32  | 0,22  | 8,2      | 40,06   | 20       | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b><br>Хлеб ржано-пшеничный в нарезке                                                                                |

| Белки | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г | Полдник с 3-7 ДС                                                                                                                                |
|-------|-------|----------|--------|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5,835 | 5,475 | 28,695   | 187,41 | 150      | <b>Каша пшенная молочная</b><br>Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль                                                         |
| 2,742 | 1,734 | 14,643   | 85,164 | 30       | <b>Булочка Любимая</b><br>Мука пшеничная, Молоко, Яйцо куриное пищевое С1, Сахар-песок, Дрожжи сухие, Соль, Масло сливочное, Масло растительное |
| 5,22  | 5,76  | 7,2      | 101,52 | 180      | <b>Кефир</b><br>Кефир 3,2%                                                                                                                      |
|       |       | 9        | 35,964 | 180      | <b>Чай с сахаром</b><br>Чай черный весовой, Сахар-песок                                                                                         |

| Белки  | Жиры   | Углеводы | Калор.  | Выход, г | Ужин 1 с 3-7 ДС                                                                                                                                            |
|--------|--------|----------|---------|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 0,24   | 0,03   | 0,75     | 4,23    | 30       | <b>Огурцы свежие</b><br>Огурцы свежие                                                                                                                      |
| 20,856 | 24,816 | 43,054   | 479,072 | 220      | <b>Плов куриный</b><br>Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Масло растительное, Лук репчатый свежий, Морковь свежая, Томат-паста, Крупа Рисовая, Соль |
| 0,06   | 0,06   | 7,36     | 30,2    | 200      | <b>Компот из плодов свежих</b><br>Яблоки свежие, Апельсин, Сахар-песок, Лимонная кислота                                                                   |
| 3,2    | 1,2    | 20       | 103,6   | 40       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке                                                                                    |

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

Главный технолог

Зав. производством