

СОГЛАСОВАНО

Директор № 17

Ф.И.О. *Смирнов А.В.*

УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор

ООО "Школьник-ЮЗ"

Ефремова Е.А.

**МЕНЮ**  
За счет бюджета города Москвы  
**24 января 2024 г.**

| Белки | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |                                                                                                                 |
|-------|-------|----------|---------|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |       |          |         |          | <b>Завтрак 1 (ясли) с 1,5-3 ДС</b>                                                                              |
| 3,978 | 6,045 | 16,679   | 136,955 | 130      | <b>Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)</b><br>Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Масло сливочное, Сахар-песок |
|       |       | 9        | 35,964  | 180      | <b>Чай с сахаром</b><br>Чай черный весовой, Сахар-песок                                                         |
| 0,08  | 8,25  | 0,08     | 74,89   | 10       | <b>Масло сливочное</b><br>Масло сливочное                                                                       |
| 4,25  | 2,25  | 1,75     | 44,25   | 50       | <b>Творог для детского питания</b><br>Творожок порционный классический 50                                       |
| 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 |                                                               |
|-------|-------|----------|--------|----------|---------------------------------------------------------------|
|       |       |          |        |          | <b>Завтрак 2 (ясли) с 1,5-3 ДС</b>                            |
| 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 |                                                                                                                                                                                |
|------------|-------|----------|---------|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|            |       |          |         |          | <b>Обед (ясли) с 1,5-3 ДС</b>                                                                                                                                                  |
| 0,738      | 4,536 | 4,334    | 61,124  | 45       | <b>Салат из капусты с растительным маслом</b><br>Капуста белокочанная свежая, Лимонная кислота, Сахар-песок, Соль, Масло растительное                                          |
| 4,947      | 3,791 | 12,733   | 104,907 | 170      | <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                                                                                                                |
| 10,61<br>2 | 2,793 | 10,661   | 110,278 | 70       | <b>Котлеты рубленые из фарша рыбного</b><br>Рыба филе Минтая б/к с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо куриное пищевое С1, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное |
| 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 |                                                                                                                       |
|-------|------|----------|--------|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |      |          |        |          | <b>Полдник (ясли) с 1,5-3 ДС</b>                                                                                      |
| 3,695 | 3,49 | 21,725   | 133,09 | 50       | <b>Оладьи</b><br>Мука пшеничная, Яйцо куриное пищевое С1, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное |
|       |      | 3,3      | 13,2   | 5        | <b>Повидло</b><br>Повидло (джем) в ассортименте                                                                       |
| 2,925 | 2,88 | 13,245   | 90,63  | 150      | <b>Кофейный напиток из цикория с молоком</b><br>Молоко, Сахар-песок, Напиток кофейный цикорий растворимый             |
|       |      | 9        | 35,964 | 180      | <b>Чай с сахаром</b><br>Чай черный весовой, Сахар-песок                                                               |

| Белки | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |                                                                                                                                                                                                                       |
|-------|-------|----------|---------|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |       |          |         |          | <b>Ужин 1 (ясли) с 1,5-3 ДС</b>                                                                                                                                                                                       |
| 8,589 | 7,896 | 8,141    | 137,949 | 70       | <b>Котлеты рубленые из птицы (цыплята), запеченные с соусом молочным</b><br>Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль, Молоко, Масло сливочное, Мука пшеничная, Сыр, с м.д.ж 45%, Соль |
| 2,782 | 5,356 | 8,359    | 92,768  | 130      | <b>Капуста тушеная</b><br>Капуста белокочанная свежая, Масло растительное, Томат-паста, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Соль                                                                                     |
|       |       | 22,266   | 89,064  | 180      | <b>Кисель абрикосовый</b><br>Повидло (джем) абрикос, Крахмал картофельный, Сахар-песок                                                                                                                                |
| 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 |                                                       |
|-------|------|----------|--------|----------|-------------------------------------------------------|
|       |      |          |        |          | <b>Вода питьевая детская (на весь день) 1,5-3</b>     |
|       |      |          |        | 100      | <b>Вода питьевая детская</b><br>Вода питьевая детская |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | Завтрак 1 с 3-7 ДС                                                                                              |
|-------|------|----------|--------|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5,508 | 8,37 | 23,094   | 189,63 | 180      | <b>Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)</b><br>Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Масло сливочное, Сахар-песок |
|       |      | 10       | 39,96  | 200      | <b>Чай с сахаром</b><br>Чай черный весовой, Сахар-песок                                                         |
| 0,08  | 8,25 | 0,08     | 74,89  | 10       | <b>Масло сливочное</b><br>Масло сливочное                                                                       |
| 4,25  | 2,25 | 1,75     | 44,25  | 50       | <b>Творог для детского питания</b><br>Творожок порционный классический 50                                       |
| 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 | 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                                                                                                                                                                  |
|------------|-------|----------|---------|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1,066      | 6,552 | 6,26     | 88,29   | 65       | <b>Салат из капусты с растительным маслом</b><br>Капуста белокочанная свежая, Лимонная кислота, Сахар-песок, Соль, Масло растительное                                          |
| 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                                                                                                                |
| 10,61<br>2 | 2,793 | 10,661   | 110,278 | 70       | <b>Котлеты рубленые из фарша рыбного</b><br>Рыба филе Минтая б/к с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо куриное пищевое С1, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное |
| 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                                                                                                        |
| 2,64       | 0,44  | 16,4     | 80,12   | 40       | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b><br>Хлеб ржано-пшеничный в нарезке                                                                                                                  |

| Белки | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г | Полдник с 3-7 ДС                                                                                                      |
|-------|-------|----------|---------|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5,912 | 5,584 | 34,76    | 212,944 | 80       | <b>Оладьи</b><br>Мука пшеничная, Яйцо куриное пищевое С1, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное |
|       |       | 3,3      | 13,2    | 5        | <b>Повидло</b><br>Повидло (джем) в ассортименте                                                                       |
| 3,51  | 3,456 | 15,894   | 108,756 | 180      | <b>Кофейный напиток из цикория с молоком</b><br>Молоко, Сахар-песок, Напиток кофейный цикорий растворимый             |
|       |       | 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                                                                                                                                                                                                      |
|-------|-------|----------|---------|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 9,816 | 9,024 | 9,304    | 157,656 | 80       | <b>Котлеты рубленые из птицы (цыплята), запеченные с соусом молочным</b><br>Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль, Молоко, Масло сливочное, Мука пшеничная, Сыр с м.д.ж 45%, Соль |
| 3,21  | 6,18  | 9,645    | 107,04  | 150      | <b>Капуста тушеная</b><br>Капуста белокочанная свежая, Масло растительное, Томат-паста, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Соль                                                                                    |
|       |       | 24,74    | 98,96   | 200      | <b>Кисель абрикосовый</b><br>Повидло (джем) абрикос, Крахмал картофельный, Сахар-песок                                                                                                                               |
| 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 \_\_\_\_\_