

МЕНЮ
За счет бюджета города Москвы
10 января 2018 г.



Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1 сады 3-7					
5,501	8,359	25,78	200,412	180	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных) <small>Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное</small>
		9,99	39,96	200	Чай с сахаром <small>Чай черный весовой, Сахар-песок</small>
0,08	8,25	0,08	74,89	10	Масло коровьесладкосливочное несоленое
1,5	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 2 сады 3-7					
0,32	0,32	7,84	35,52	80	Фрукты и ягоды свежие (Яблоко)

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед сады 3-7					
0,98	6,05	5,78	81,498	60	Салат из капусты с растительным маслом <small>Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Лимонная кислота, Сахар-песок, Масло растительное, Соль</small>
5,529	4,237	14,231	117,249	190	Суп картофельный с бобовыми (горох) <small>Картофель свежий, Горох колотый, Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль</small>
1,14	0,43	7,15	37,037	10	Сухарики из хлеба пшеничного
10,61 2	2,793	10,661	110,278	70	Котлеты рубленые из фарша рыбного <small>Рыба филе Трески н/с с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо диетическое, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное</small>
4,42	3,49	28,2	161,904	120	Изделия макаронные отварные <small>Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное</small>
0,1	0,02	17,26	69,62	200	Напиток вишневый <small>Вишня ф/з, Сахар-песок</small>
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 сады 3-7					
7,39	6,98	43,45	266,18	100	Оладьи <small>Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное</small>
		3,3	13,2	5	Повидло
4,48	4,8	16,64	127,68	160	Биоогурт фруктовый питьевой

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Ужин 1 сады 3-7					
6,13	5,64	5,82	98,536	50	Котлеты рубленые из птицы (цыплята) собственного производства, запеченные с соусом молочным <small>Мясо кур (п/ф бездрожжевое, грудка) с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль, Молоко, Масло сливочное, Мука пшеничная, Сыр с н.д.ж 45%, Соль</small>
7,596	6,426	34,272	225,36	180	Каша гречневая рассыпчатая <small>Крупа Гречневая, Соль, Масло сливочное</small>
0,52	0,04	19,2	79,14	200	Кисель абрикосовый <small>Крупа, Крахмал картофельный, Сахар-песок</small>
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта

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

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

Главный технолог _____



Зав. производством _____

