

СОГЛАСОВАНО

Директор № 2123
Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО

ООО "Социальное питание "ЦЕНТР"

МЕНЮ
За счет бюджета города Москвы
18 января 2018 г.



Белки	Жиры	Углеводы	Калор	Выход, г	
Завтрак 1 сады 3-7					
10,44	11,24	1,95	150,68	100	Омлет натуральный, запеченный <small>Яйца диетические, Молоко, Соль, Масло сливочное</small>
3,67	3,48	14,63	104,52	200	Какао на молоке <small>Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко</small>
0,08	8,25	0,08	74,89	10	Масло коровьесладкосливочное несоленое
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта

Белки	Жиры	Углеводы	Калор	Выход, г	
Завтрак 2 сады 3-7					
1,5	0,5	21	94,5	100	Плоды и ягоды свежие (Банан)

Белки	Жиры	Углеводы	Калор	Выход, г	
Обед сады 3-7					
0,854	6,048	5,73	80,79	60	Салат витаминный с маслом растительным <small>Свекла фиолетовая, сельдерей фиолетовый п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый белый очищенный п/ф, Сахар-песок, Томатная кислота, Соль, Масло растительное</small>
5,529	4,237	14,231	117,249	190	Суп картофельный с бобовыми (горох) <small>Картофель белый, 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 Треска не сол., Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйца диетические, Соль, Сахар пшеничный, Масло растительное</small>
2,97	3,39	32,79	173,544	120	Рис отварной <small>Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль</small>
0,75	0,15	15,15	64,95	150	Сок фруктовый
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					
4,56	4,49	23,92	154,3	100	Запеканка со свежими плодами <small>Крупа Пшени, Молоко, Соль, Сахар-песок, Яйца диетические, Масло сливочное, Сухари пшеничные, Йогурт свежий, Сметана</small>
2,41	1,94	13,67	81,792	30	Булочка с изюмом <small>Мука пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное, Яйца диетические, Дрожжи сухие, Изюм, Соль, Яйца диетические, Масло растительное</small>
6,24	4	6,72	87,84	160	Ряженка

Белки	Жиры	Углеводы	Калор	Выход, г	
Ужин 1 сады 3-7					
0,24	0,009	0,153	3,27	30	Огурцы консервированные без уксуса
10,91	8,33	48,96	314,48	200	Макароньы, запеченные с сыром <small>Макароньы из твердого, Масло сливочное, Соль, Сыр тверд и 45%</small>
0,06	0,06	21,35	86,14	200	Компот из плодов свежих <small>Йогурт свежий, Апельсин, Сахар-песок, Лимонная кислота</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 _____