

СОГЛАСОВАНО

Директор № 2123
Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО

ООО "Социальное питание "ЦЕНТР"

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы
9 июня 2018 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1 сады 3-7					
7,099	6,57	36,23	232,092	180	Каша пшенная молочная <small>Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль</small>
		9,99	39,96	200	Чай с сахаром <small>Чай черный весовой, Сахар-песок</small>
2,32	2,95		35,83	10	Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45%
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					
0,72	0,16	6,48	30,24	80	Фрукты и ягоды свежие (Апельсин)

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед сады 3-7					
2,022	7,812	3,354	91,824	60	Салат из отварной моркови с сыром <small>Морковь очищенная, Сыр с м.д.ж 45%, Масло растительное, Соль</small>
3,12	4,38	12,42	101,6	200	Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на мясном бульоне <small>Картофель очищенный, Лук репчатый очищенный, Морковь очищенная, Масло растительное, Соль, Фасоль сухая</small>
11,35	10,44	2,08	147,623	70	Гуляш из отварного мяса <small>Говядина тазобедренная часть п/ф, Соль, Лук репчатый очищенный, Морковь очищенная, Томат-паста, Масло сливочное, Мука пшеничная</small>
4,42	3,49	28,2	161,904	120	Изделия макаронные отварные <small>Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное</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					
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
6,24	4	6,72	87,84	160	Ряженка

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Ужин 1 сады 3-7					
8,32	7,67	6,72	129,225	50	Биточки рубленые куриные <small>Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Соль, Масло растительное</small>
4,1	5,27	33,109	196,236	180	Картофель отварной, запеченый со сливочным маслом <small>Картофель очищенный, Масло сливочное, Соль</small>
0,13	0,01	22,4	90,22	200	Компот из плодов свежих (лимон) <small>Лимон, 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"