

СОГЛАСОВАНО

Директор №  
Ф.И.О.

2123

УТВЕРЖДЕНО

ООО "Социальное питание "ЦЕНТР"

## МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы  
22 июня 2018 г.

| Белки                     | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г |  |
|---------------------------|-------|----------|--------|----------|--|
| <b>Завтрак 1 сады 3-7</b> |       |          |        |          |  |
| 17,96                     | 11,43 | 20,14    | 255,25 | 100      | <b>Запеканка из творога</b><br>Творог 9%, Крупа Манная, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Соль, Сухари панировочные, Сметана |
| 0,72                      | 0,85  | 5,55     | 32,73  | 10       | <b>Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности</b>  |
| 3,9                       | 3,84  | 17,66    | 120,84 | 200      | <b>Кофейный напиток из цикория с молоком</b><br>Молоко, Напиток кофейный цикорий растворимый, Сахар-песок                                  |
| 0,08                      | 8,25  | 0,08     | 74,89  | 10       | <b>Масло коровье сладкосливочное несоленое</b>   |
| 2,32                      | 2,95  |          | 35,83  | 10       | <b>Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45%</b>   |
| 1,6                       | 0,6   | 10       | 51,8   | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>  |

| Белки                     | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |   |
|---------------------------|------|----------|--------|----------|---|
| <b>Завтрак 2 сады 3-7</b> |      |          |        |          |   |
| 0,72                      | 0,16 | 6,48     | 30,24  | 80       | <b>Фрукты и ягоды свежие (Апельсин)</b> |

| Белки                | Жиры | Углеводы | Калор.  | Выход, г |  |
|----------------------|------|----------|---------|----------|--|
| <b>Обед сады 3-7</b> |      |          |         |          |  |
| 1,02                 | 4,39 | 7,88     | 75,162  | 60       | <b>Салат картофельный с растительным маслом</b><br>Картофель очищенный, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Лук репчатый очищенный, Масло растительное, Соль                             |
| 2,06                 | 3,22 | 13,82    | 92,36   | 200      | <b>Рассольник ленинградский</b><br>Картофель очищенный, Крупа Перловая, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Масло растительное, Соль, Сметана |
| 10,45                | 7,42 | 2,92     | 118,587 | 70       | <b>Печень по-строгановски</b><br>Печень говяжья с/м, Томат-паста, Сметана, Соль, Масло сливочное, Мука пшеничная, Соль   |
| 4,42                 | 3,49 | 28,2     | 161,904 | 120      | <b>Изделия макаронные отварные</b><br>Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное  |
| 0,75                 | 0,15 | 15,15    | 64,95   | 150      | <b>Сок фруктовый</b>   |
| 1,6                  | 0,6  | 10       | 51,8    | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>  |
| 1,32                 | 0,22 | 8,2      | 40,06   | 20       | <b>Хлеб ржано-пшеничной</b>  |

| Белки                   | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |  |
|-------------------------|------|----------|--------|----------|--|
| <b>Полдник сады 3-7</b> |      |          |        |          |  |
| 7,39                    | 6,98 | 43,45    | 266,18 | 100      | <b>Оладьи</b><br>Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное |
|                         |      | 3,3      | 13,2   | 5        | <b>Повидло</b>   |
| 6,24                    | 4    | 6,72     | 87,84  | 160      | <b>Ряженка</b>   |

| Белки                  | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |   |
|------------------------|-------|----------|---------|----------|---|
| <b>Ужин 1 сады 3-7</b> |       |          |         |          |   |
| 7,07                   | 5,945 | 0,8      | 84,965  | 50       | <b>Гуляш из отварной птицы</b><br>Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Масло сливочное, Мука пшеничная, Томат-паста, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Соль   |
| 3,119                  | 9,27  | 21,049   | 180,126 | 180      | <b>Рагу из овощей</b><br>Картофель очищенный, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Масло растительное, Масло растительное, Томат-паста, Морковь очищенная, Мука пшеничная, Сахар-песок, Чеснок свежий очищенный п/ф, Соль |
| 0,06                   | 0,06  | 21,35    | 86,14   | 200      | <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>   |

| 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 \_\_\_\_\_