

СОГЛАСОВАНО

Директор №

1621

Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО

ООО "Социальное питание "ЦЕНТР"

**МЕНЮ**  
За счет бюджета города Москвы  
25 декабря 2017 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					<b>Завтрак 1 сады 3-7</b>
				180	<i>Каша пшенинная молочная</i> Молоко Кр, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль
		9,99	39,96	200	<i>Чай с сахаром</i> Чай черный пакетированный, Сахар-песок
0,08	8,25	0,08	74,89	10	<i>Масло коровье сладкосливочное несоленое</i>
1,6	0,6	10	51,8	20	<i>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</i>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					<b>Завтрак 2 сады 3-7</b>
0,32	0,32	7,84	35,52	60	<i>Фрукты и ягоды свежие (Яблоко)</i>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					<b>Обед сады 3-7</b>
0,73	4,25	3,89	56,772	60	<i>Салат из моркови с растительным маслом</i> Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное
3,12	4,38	12,42	701,6	200	<i>Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на мясном бульоне</i> Картофель свежий, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль, Фасоль сухая
11,35	10,44	2,08	147,623	70	<i>Гуляш из отварного мяса</i> Говядина тазобедренная часть или лопатка или грудинка п/ф Кр, Соль, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Томат-паста Кр, Масло растительное, Мука пшеничная Кр
				120	<i>Изделия макаронные отварные</i> Макаронные изделия, Соль, Масло растительное
0,75	0,15	15,15	64,95	150	<i>Сок фруктовый</i>
1,6	0,6	10	51,8	20	<i>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</i>
1,32	0,22	8,2	40,06	20	<i>Хлеб ржано-пшеничной</i>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					<b>Полдник сады 3-7</b>
7,39	6,98	43,45	266,18	100	<i>Оладьи</i> Мука пшеничная Кр, Яйцо куриное диетическое (Белое) Кр, Сахар-песок, Молоко Кр, Дрожжи прессованные Кр, Соль, Масло растительное
		3,3	13,2	5	<i>Повидло</i>
				160	<i>Йогурт питьевой</i>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					<b>Ужин 1 сады 3-7</b>
				50	<i>Биточки рубленые куриные</i> Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м Кр, Хлеб пшеничный Кр, Соль, Масло растительное
				180	<i>Картофель отварной, запеченный с растительным маслом</i> Картофель свежий, Масло растительное, Соль
0,13	0,01	22,4	90,22	200	<i>Компот из плодов свежих (лимон)</i> Лимон, Сахар-песок
1,6	0,6	10	51,8	20	<i>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</i>

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

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

Р.К.