

СОГЛАСОВАНО

Директор № 1239

Ф.И.О. 

УТВЕРЖДЕНО

ООО "Социальное питание "ЦЕНТР"

МЕНЮ
За счет бюджета города Москвы
2 октября 2017 г.



| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|-------|------|----------|---------|----------|--|
| | | | | | Завтрак 1 сады 3-7 |
| 7,099 | 6,57 | 36,23 | 232,092 | 180 | Каша пшенная молочная Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль |
| | | 9,99 | 39,96 | 200 | Чай с сахаром Чай черный весовой, Сахар-песок |
| 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 |
| 0,32 | 0,32 | 7,84 | 35,52 | 80 | Фрукты и ягоды свежие (Яблоко) |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|-------|-------|----------|---------|----------|--|
| | | | | | Обед сады 3-7 |
| 0,73 | 4,25 | 3,89 | 56,772 | 60 | Салат из моркови с растительным маслом Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное |
| 3,12 | 4,38 | 12,42 | 101,6 | 200 | Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на мясном бульоне 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 | Гуляш из отварного мяса Говядина тазобедренная часть п/ф, Соль, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Томат-паста, Масло сливочное, Мука пшеничная |
| 4,42 | 3,49 | 28,2 | 161,904 | 120 | Изделия макаронные отварные Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное |
| 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 Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное |
| | | 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 Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Соль, Масло растительное |
| 4,1 | 5,27 | 33,109 | 196,236 | 180 | Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом Картофель свежий, Масло сливочное, Соль |
| 0,13 | 0,01 | 22,4 | 90,22 | 200 | Компот из плодов свежих (лимон) Лимон, Сахар-песок |
| 1,6 | 0,6 | 10 | 51,8 | 20 | Хлеб из муки пшеничной первого сорта |