

СОГЛАСОВАНО

Директор № 1239

Ф.И.О. 

ООО "Социальное питание "ЦЕНТР"



МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы
15 марта 2018 г.

Завтрак 1 сады 3-7					
Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
10,44	11,24	1,95	150,68	100	Омлет натуральный, запеченный <small>Яйцо диетическое, 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
Завтрак 2 сады 3-7					
Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
0,9	0,2	8,1	37,8	100	Фрукты и ягоды свежие (Апельсин)
Обед сады 3-7					
Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
1,482	6,21	7,806	93,03	60	Салат овощной с фасолью <small>Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п.ф., Фасоль сухая, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Лук репчатый свежий очищенный п.ф., Масло растительное, Соль</small>
5,529	4,237	14,231	117,249	190	Суп картофельный с бобовыми (горох) <small>Картофель свежий, Горох колотый, Морковь свежая очищенная п.ф., Масло растительное, Соль</small>
1,14	0,43	7,15	37,037	10	Сухарики из хлеба пшеничного
10,612	2,793	10,661	110,278	70	Котлеты рубленые из фарша рыбного <small>Рыба филе Минтая п.ф. см, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо диетическое, Соль, Сухари панировочные, 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
Полдник сады 3-7					
Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
4,56	4,49	23,92	154,3	100	Запеканка со свежими плодами <small>Крупа Пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Сухари панировочные, Яблоки свежие, Сметана</small>
2,41	1,94	13,67	81,792	30	Булочка с изюмом <small>Мука пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Изюм, Соль, Яйцо диетическое, Масло растительное</small>
4,64	5,12	6,08	88,96	160	Ацидофилин
Ужин 1 сады 3-7					
Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
0,24	0,009	0,153	3,27	30	Огурцы консервированные без уксуса
10,91	8,33	48,96	314,48	200	Макаронны, запеченные с сыром <small>Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль, Сыр с.м.д.ж 45%</small>
0,06	0,06	21,35	86,14	200	Компот из плодов свежих <small>Яблоки свежие, Апельсин, Сахар-песок, Лимонная кислота</small>
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта

