

СОГЛАСОВАНО

Директор № 1239

Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО

ООО "Социальное питание "ЦЕНТР"

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

16 апреля 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 |
| 0,32 | 0,24 | 8,24 | 36,4 | 80 | Фрукты и ягоды свежие (Груша) |

| 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 свежая очищенная п/ф, 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 свежий, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, 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 свежий очищенный п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, 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, запеченный со сливочным маслом <small>Картофель свежий, 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 |