

СОГЛАСОВАНО

Директор № 1239

Ф.И.О. *Колос*

УТВЕРЖДЕНО

ООО "Социальное питание "ЦЕНТР"

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

18 мая 2018 г.



Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1 сады 3-7					
Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)					
5,501	8,359	25,78	200,412	180	Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное
Чай с сахаром					
		9,99	39,96	200	Чай черный весовой, Сахар-песок
Масло коровье сладкосливочное несоленое					
0,08	8,25	0,08	74,89	10	
Хлеб из муки пшеничной первого сорта					
1,6	0,6	10	51,8	20	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 2 сады 3-7					
Фрукты и ягоды свежие (Яблоко)					
0,4	0,4	9,8	44,4	100	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед сады 3-7					
Салат из свеклы с растительным маслом					
0,852	6,048	4,986	77,79	60	Свекла свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль
Суп крестьянский с крупой (крупка перловая)					
2,1	5,11	11,09	98,72	200	Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Крупа Перловая, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Сметана
Котлеты рубленые из фарша рыбного					
10,61 2	2,793	10,661	110,278	70	Фарш филе Минтая н/к с/д, Молоко, Хлеб пшеничный в крошке, Яйца диетическое, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное
Картофель отварной					
2,52	2,484	20,364	113,82	120	Картофель свежий, Масло сливочное, Соль
Сок фруктовый					
0,75	0,15	15,15	64,95	150	
Хлеб из муки пшеничной первого сорта					
1,6	0,6	10	51,8	20	
Хлеб ржано-пшеничной					
1,32	0,22	8,2	40,06	20	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Полдник сады 3-7					
Пудинг манный					
4,52	4,72	26,55	166,72	100	Крупа Манная, Молоко, Соль, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Сухари панировочные, Сметана
Соус абрикосовый					
0,016	0,002	1,27	5,161	5	Повидло (джем) абрикос, Мука пшеничная, Лимонная кислота, Сахар-песок
Ацидофилин					
4,64	5,12	6,08	88,96	160	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Ужин 1 сады 3-7					
Горошек зеленый консервированный					
0,93	0,06	1,95	12,06	30	
Рагу из мяса птицы					
16,9	15,55	22,89	299,12	200	Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Соль, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Томат-паста, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Мука пшеничная, Масло растительное
Напиток витаминный					
0,46	0,15	29,11	119,62	200	Щиповник, Сахар-песок, Изюм
Хлеб из муки пшеничной первого сорта					
1,6	0,6	10	51,8	20	

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