


СОГЛАСОВАНО

Директор № 1239  
Ф.И.О. 

УТВЕРЖДЕНО

ООО "Социальное питание "ЦЕНТР"



**МЕНЮ**  
За счет бюджета города Москвы  
19 марта 2018 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					<b>Завтрак 1 сады 3-7</b>
7,099	6,57	36,23	232,092	180	<b>Каша пшеничная молочная</b> <small>Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль</small>
		9,99	39,96	200	<b>Чай с сахаром</b> <small>Чай черный весовой, Сахар-песок</small>
2,32	2,95		35,83	10	<b>Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45%</b>
1,6	0,6	10	51,8	20	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					<b>Завтрак 2 сады 3-7</b>
0,32	0,24	8,24	36,4	80	<b>Фрукты и ягоды свежие (Груша)</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					<b>Обед сады 3-7</b>
2,022	7,812	3,354	91,824	60	<b>Салат из отварной моркови с сыром</b> <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	<b>Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на мясном бульоне</b> <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	<b>Гуляш из отварного мяса</b> <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	<b>Изделия макаронные отварные</b> <small>Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное</small>
0,75	0,15	15,15	64,95	150	<b>Сок фруктовый</b>
1,6	0,6	10	51,8	20	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>
1,32	0,22	8,2	40,06	20	<b>Хлеб ржано-пшеничной</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					<b>Полдник сады 3-7</b>
7,39	6,98	43,45	266,18	100	<b>Оладьи</b> <small>Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное</small>
		3,3	13,2	5	<b>Повидло</b>
6,24	4	6,72	87,84	160	<b>Ряженка</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					<b>Ужин 1 сады 3-7</b>
8,32	7,67	6,72	129,225	50	<b>Биточки рубленые куриные</b> <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	<b>Картофель отварной, запеченый со сливочным маслом</b> <small>Картофель свежий, Масло сливочное, Соль</small>
0,13	0,01	22,4	90,22	200	<b>Компот из плодов свежих (лимон)</b> <small>Лимон, Сахар-песок</small>
1,6	0,6	10	51,8	20	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>