

## МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы  
20 марта 2018 г.



Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Завтрак 1 сады 3-7</b>					
<b>Омлет натуральный, запеченный</b>					
10,44	11,24	1,95	150,68	100	Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное
<b>Кофейный напиток из цикория с молоком</b>					
3,9	3,84	17,66	120,84	200	Молоко, Напиток кофейный цикория растворимый, Сахар-песок
<b>Масло коровье-сливочное несоленое</b>					
0,08	8,25	0,08	74,89	10	
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>					
1,6	0,6	10	51,8	20	
<b>Завтрак 2 сады 3-7</b>					
<b>Фрукты и ягоды свежие (Апельсин)</b>					
0,9	0,2	8,1	37,8	100	
<b>Обед сады 3-7</b>					
<b>Винегрет</b>					
0,96	6,114	5,46	80,67	60	Картофель свежий, Свекла свежая очищенная п/ф, Лимонная кислота, Морковь свежая очищенная п/ф, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Горошек зеленый консервированный, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Лимонная кислота
<b>Суп с изделиями макаронными (фигурными) группы А на бульоне из птицы</b>					
4,62	3,66	12,44	101,18	200	Макаронные изделия (Вермишель, спагетти), Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло сливочное, Томат
<b>Рагу из мяса птицы</b>					
15,21	14	20,61	269,208	180	Мясо кур п/ф, Бедро голень, грудка) ом, Соль, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Томат-паста, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Мука пшеничная, Масло растительное
<b>Напиток из плодов сухих (изюм)</b>					
0,28	0,06	21,88	89,18	200	Сахар-песок, Лимонная кислота, Изюм
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>					
1,6	0,6	10	51,8	20	
<b>Хлеб ржано-пшеничной</b>					
1,32	0,22	8,2	40,06	20	
<b>Полдник сады 3-7</b>					
<b>Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)</b>					
3,67	5,57	17,19	133,608	120	Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное
<b>Булочка с изюмом</b>					
2,41	1,94	13,67	81,792	30	Мука пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Изюм, Соль, Яйцо диетическое, Масло растительное
<b>Ацидофилин</b>					
4,64	5,12	6,08	88,96	160	
<b>Ужин 1 сады 3-7</b>					
<b>Тефтели рыбные</b>					
6,635	1,06	5,6	58,51	50	Рыба филе Минтай, хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль, Масло сливочное
<b>Капуста тушеная</b>					
3,85	7,42	13,37	135,63	180	Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Томат-паста, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль, Сахар-песок
<b>Кисель из клюквы быстрозамороженной</b>					
0,06	0,02	24,1	96,78	200	Клюква без крахмала, картофельный, Сахар-песок
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>					
1,6	0,6	10	51,8	20	
<b>Вода питьевая детская ( на весь день) 3-7</b>					
<b>Вода питьевая детская</b>					
				200	

Примечание: По желанию родителей на полдник может выдаваться "Чай с сахаром"