

СОГЛАСОВАНО

Директор № 1239

Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО

ООО "Социальное питание "ЦЕНТР"

## МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

29 мая 2018 г.



Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Завтрак 1 сады 3-7</b>					
<b>Запеканка из творога</b>					
17,96	11,43	20,14	255,25	100	Творог 9% Крупа Манная, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Соль, Сухари панировочные, Сметана
<b>Соус клюквенный</b>					
0,006	0,002	5,285	21,188	10	Клюква б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок
<b>Кофейный напиток злаковый на молоке</b>					
3,79	3,474	19,47	123,66	200	Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко
<b>Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45%</b>					
2,32	2,95		35,83	10	
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>					
1,6	0,6	10	51,8	20	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Завтрак 2 сады 3-7</b>					
<b>Фрукты и ягоды свежие (Груша)</b>					
0,4	0,3	10,3	45,5	100	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Обед сады 3-7</b>					
<b>Салат овощной с фасолью</b>					
1,482	6,21	7,806	93,03	60	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
<b>Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне</b>					
3,76	4,04	10,05	91,58	200	Свекла свежая очищенная п/ф, Капуста белокачанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Томат-паста, Масло сливочное, Сахар-песок, Соль, Сметана, Лимонная кислота
<b>Гуляш из отварного мяса</b>					
11,35	10,44	2,08	147,623	70	Говядина тазобедренная часть п/ф, Соль, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Томат-паста, Масло сливочное, Мука пшеничная
<b>Рис отварной</b>					
2,97	3,39	32,79	173,544	120	Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль
<b>Сок фруктовый</b>					
0,75	0,15	15,15	64,95	150	
<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	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Полдник сады 3-7</b>					
<b>Запеканка овощная</b>					
3,49	2,78	8,28	72,07	100	Горошек зеленый консервированный, Картофель свежий, Капуста белокачанная свежая очищенная п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Яйцо диетическое, Крупа Манная, Сухари панировочные, Масло растительное, Сметана, Сыр с м.д.ж 45%, Соль
<b>Ватрушка с повидлом</b>					
2,46	1,64	23,96	120,504	40	Мука пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Масло растительное, Повидло (джем) в ассортименте, Масло растительное
<b>Ряженка</b>					
6,24	4	6,72	87,84	160	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Ужин 1 сады 3-7</b>					
<b>Горошек зеленый консервированный</b>					
0,93	0,06	1,95	12,06	30	
<b>Капуста, тушенная с мясом</b>					
5,86	8,42	13,84	154,52	200	Капуста белокачанная свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Томат-паста, Соль, Сахар-песок, Говядина тазобедренная часть п/ф
<b>Компот из плодов свежих (апельсин)</b>					
0,27	0,06	24,41	99,26	200	Апельсин, Сахар-песок
<b>Мармелад</b>					
				18	
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>					
1,6	0,6	10	51,8	20	