

СОГЛАСОВАНО

Директор №
Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО

ООО "Социальное питание "ЦЕНТР"

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы
30 мая 2018 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Завтрак 1 сады 3-7
5,501	8,359	25,78	200,412	180	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных) Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное
		9,99	39,96	200	Чай с сахаром Чай черный весовой, Сахар-песок
0,08	8,25	0,08	74,89	10	Масло коровье сладкосливочное несоленое
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
0,72	0,16	6,48	30,24	80	Фрукты и ягоды свежие (Апельсин)

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Обед сады 3-7
0,96	6,114	5,46	80,67	60	Винегрет 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
5,529	4,237	14,231	117,249	190	Суп картофельный с бобовыми (горох) Картофель свежий, Горох колотый, Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль
1,14	0,43	7,15	37,037	10	Сухарики из хлеба пшеничного
10,61 2	2,793	10,661	110,278	70	Котлеты рубленые из фарша рыбного Рыба филе Минтая н/к с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо диетическое, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное
4,42	3,49	28,2	161,904	120	Изделия макаронные отварные Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное
0,1	0,02	17,26	69,62	200	Напиток вишневый Вишня б/з, Сахар-песок
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 Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное
		3,3	13,2	5	Повидло
4,64	5,12	6,08	88,96	160	Ацидофилин

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Ужин 1 сады 3-7
6,13	5,64	5,82	98,535	50	Котлеты рубленые из птицы (цыплята) собственного производства, запеченные с соусом молочным Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль, Молоко, Масло сливочное, Мука пшеничная, Сыр с м.д.ж 45%, Соль
7,596	6,426	34,272	225,36	180	Каша гречневая рассыпчатая Крупа Гречневая, Соль, Масло сливочное
0,52	0,04	19,2	79,14	200	Кисель абрикосовый Курага, Крахмал картофельный, Сахар-песок
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта