

М.П. Директор ДС № 1538
Ф.И.О. *Мухоморова О.Н.*

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

2 октября 2018 г.



Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Завтрак 1 с 3-7
					Омлет натуральный, запеченный
10,44	11,24	1,95	150,68	100	Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное
					Кофейный напиток из цикория с молоком
3,9	3,84	17,66	120,84	200	Молоко, Напиток кофейный цикорий растворимый, Сахар-песок
					Масло коровьесладкосливочное 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 с 3-7
					Фрукты и ягоды свежие (Апельсин)
0,9	0,2	8,1	37,8	100	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Обед с 3-7
					Винегрет
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
					Суп с изделиями макаронными (фигурными) группы А на бульоне из птицы
4,62	3,66	12,44	101,18	200	Макаронные изделия (Вермишель яичная), Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло сливочное, Соль
					Рагу из мяса птицы
15,21	14	20,61	269,208	180	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 из плодов сухих (изюм)
0,28	0,06	21,88	89,18	200	Сахар-песок, Лимонная кислота, Изюм
					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 с 3-7
					Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)
3,67	5,57	17,19	133,608	120	Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное
					Булочка с изюмом
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
					Кефир
4,64	5,12	6,4	90,88	160	

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Ужин 1 с 3-7
					Тефтели рыбные
6,635	1,06	5,6	58,51	50	Рыба филе Минтая б/к с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль, Масло сливочное
					Капуста тушеная
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
					Кисель из клюквы быстрозамороженной
0,06	0,02	24,1	96,78	200	Клюква б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок
					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) с 3-7
					Вода питьевая детская
				200	

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

Главный технолог

Зав. производством