

М.В. Калитина, О.Ч.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы
17 сентября 2018 г.

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|---|------|----------|---------|----------|---|
| Завтрак 1 с 3-7 | | | | | |
| Каша пшеничная молочная | | | | | |
| 7,099 | 6,57 | 36,23 | 232,092 | 180 | Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль |
| Чай с лимоном | | | | | |
| 0,04 | | 10,11 | 40,62 | 200 | Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон |
| 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 (Груша) | | | | | |
| 0,32 | 0,24 | 8,24 | 36,4 | 80 | |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|--|-------|----------|---------|----------|--|
| Обед с 3-7 | | | | | |
| Салат из свеклы с растительным маслом | | | | | |
| 0,852 | 6,048 | 4,986 | 77,79 | 60 | Свекла свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль |
| Уха ростовская | | | | | |
| 5,56 | 4,45 | 11,36 | 107,7 | 200 | Рыба филе Минтая б/к с/м, Картофель свежий, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Помидоры |
| 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 |
| Компот из плодов сухих | | | | | |
| 0,28 | 0,06 | 27,88 | 113,14 | 200 | Изюм, Чернослив, Сахар-песок, Лимонная кислота |
| 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 | | | | | |
| Макаронные изделия, запеченные с яйцом | | | | | |
| 5,35 | 4,32 | 19,34 | 137,67 | 100 | Макаронные изделия, Масло сливочное, Яйцо диетическое, Молоко, Соль |
| Печенье | | | | | |
| | | | | 20 | |
| Кефир | | | | | |
| 4,64 | 5,12 | 6,4 | 90,88 | 160 | |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|---|-------|----------|---------|----------|--|
| Ужин 1 с 3-7 | | | | | |
| Фрикадельки мясные паровые собственного производства | | | | | |
| 7,98 | 6,38 | 6,25 | 114,275 | 50 | Говядина котлетная часть с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль |
| Картофель отварной | | | | | |
| 3,78 | 3,726 | 30,546 | 170,73 | 180 | Картофель свежий, Масло сливочное, Соль |
| Напиток яблочный | | | | | |
| 0,06 | 0,06 | 21,36 | 86,14 | 200 | Яблоки свежие, Сахар-песок, Лимонная кислота |
| 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