



А.А. Шенникова Д.Н.

МЕНЮ
 За счет бюджета города Москвы
 19 апреля 2018 г.

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|---|-------|----------|--------|----------|--|
| Завтрак 1 с 3-7 | | | | | |
| 17,96 | 11,43 | 20,14 | 255,25 | 100 | Запеканка из творога |
| Творог 9%, Крупа Манная, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Соль, Сухари панировочные, Сметана | | | | | |
| 0,006 | 0,002 | 5,285 | 21,188 | 10 | Соус клюквенный |
| Клюква б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок | | | | | |
| 3,67 | 3,48 | 14,63 | 104,52 | 200 | Какао на молоке |
| Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко | | | | | |
| 0,08 | 8,25 | 0,08 | 74,89 | 10 | Масло коровьесладкосливочное несоленое |
| 2,32 | 2,95 | | 35,83 | 10 | Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45% |
| 1,6 | 0,6 | 10 | 51,8 | 20 | Хлеб из муки пшеничной первого сорта |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|------------------------|------|----------|--------|----------|-------------------------------------|
| Завтрак 2 с 3-7 | | | | | |
| 0,32 | 0,24 | 8,24 | 36,4 | 80 | Плоды и ягоды свежие (Груша) |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|---|-------|----------|---------|----------|---|
| Обед с 3-7 | | | | | |
| 1,72 | 4,42 | 6,09 | 71,07 | 60 | Салат Мозаика |
| Картофель свежий, Горошек зеленый консервированный, Морковь свежая очищенная п/ф, Яйцо диетическое, Соль, Масло растительное | | | | | |
| 4 | 6,66 | 9,64 | 114,56 | 200 | Суп из овощей на курином бульоне |
| Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Сметана, Масло сливочное, Соль | | | | | |
| 9,898 | 8,323 | 1,12 | 118,951 | 70 | Гуляш из отварной птицы |
| Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Масло сливочное, Мука пшеничная, Томат-паста, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль | | | | | |
| 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 с 3-7 | | | | | |
| 3,49 | 2,78 | 8,28 | 72,07 | 100 | Запеканка овощная |
| Горошек зеленый консервированный, Картофель свежий, Капуста белокочанная 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 | | | | | |
| 2,118 | 2,73 | 18,885 | 87,909 | 30 | Булочка Городская |
| Мука пшеничная, Сахар-песок, Масло сливочное, Молоко, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Соль, Сахар-песок, Ванилин, Яйцо диетическое, Масло растительное | | | | | |
| 4,48 | 4,8 | 16,64 | 127,68 | 160 | Биоогурт фруктовый питьевой |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|--|------|----------|---------|----------|--|
| Ужин 1 с 3-7 | | | | | |
| 4,205 | 4,17 | 5,705 | 77,195 | 50 | Тефтели мясные с соусом собственного производства |
| Говядина котлетная часть с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль, Масло растительное, Мука пшеничная, Томат-паста, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Сахар-песок, Соль | | | | | |
| 4,45 | 5,09 | 49,18 | 260,316 | 180 | Рис отварной |
| Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль | | | | | |
| 0,27 | 0,06 | 24,41 | 99,26 | 200 | Компот из плодов свежих (апельсин) |
| Апельсин, Сахар-песок | | | | | |
| 1,6 | 0,6 | 10 | 51,8 | 20 | Хлеб из муки пшеничной первого сорта |