

МЕНЮ

за счёт бюджетных средств города Москвы

13 февраля 2018 г.



| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|---|-------|----------|--------|----------|---|
| Завтрак 1 с 3-7 дс | | | | | |
| 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 дс | | | | | |
| Фрукты и ягоды свежие (Апельсин) | | | | | |
| 0,9 | 0,2 | 8,1 | 37,8 | 100 | |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|---|-------|----------|---------|----------|--|
| Обед с 3-7 дс | | | | | |
| Винегрет | | | | | |
| 0,96 | 6,114 | 9,1 | 80,67 | 60 | Картофель очищенный, Свекла очищенная, Лимонная кислота, Морковь очищенная, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Горошек зеленый консервированный, Лук репчатый очищенный, 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 очищенная, Лук репчатый очищенный, 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 очищенный, Морковь очищенная, Томат-паста, Лук репчатый очищенный, 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 дс | | | | | |
| 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 |
| Ряженка | | | | | |
| 6,24 | 4 | 6,72 | 87,84 | 160 | |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|---|------|----------|--------|----------|--|
| Ужин 1 с 3-7 дс | | | | | |
| Тефтели рыбные | | | | | |
| 6,635 | 1,06 | 5,6 | 58,51 | 50 | Рыба филе Трески 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 3-7 лет (на весь день) | | | | | |
| | | | | 200 | |

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