

МЕНЮ

за счёт бюджетных средств города Москвы

22 января 2018 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Завтрак 1 с 3-7 дс
10,44	11,24	1,95	150,68	100	Омлет натуральный, запеченный Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное
3,79	3,474	19,47	123,66	200	Кофейный напиток злаковый на молоке Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко
0,08	8,25	0,08	74,89	10	Масло коровьесладкосливочное несоленое
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 дс
0,4	0,4	9,8	44,4	100	Фрукты и ягоды свежие (Яблоко)

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Обед с 3-7 дс
0,73	4,25	3,89	56,772	60	Салат из моркови с растительным маслом Морковь очищенная, Масло растительное
9,24	7,32	24,88	202,36	200	Суп с изделиями макаронными (фигурными) группы А на мясном бульоне Макаронные изделия (Вермишель яичная), Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Масло сливочное, Соль
11,66	11,25	3,07	157,68	70	Азу из мяса отварного Говядина тазобедренная часть п/ф, Масло растительное, Лук репчатый очищенный, Мука пшеничная, Томат-паста, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Соль, Чеснок свежий очищенный п/ф
5,06	4,29	22,85	150,24	120	Каша гречневая рассыпчатая Крупа Гречневая, Соль, Масло сливочное
0,28	0,06	27,88	113,14	200	Компот из плодов сухих Изюм, Чернослив, Сахар-песок, Лимонная кислота
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 дс
5,23	4,98	31,48	191,65	100	Лепешки картофельные Картофель очищенный, Яйцо диетическое, Мука пшеничная, Сметана, Соль, Масло растительное
0,167	0,663	0,49	8,591	5	Соус сметанный Сметана, Масло сливочное, Мука пшеничная, Соль
6,24	4	6,72	87,84	160	Ряженка

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Ужин 1 с 3-7 дс
6,13	5,64	5,82	98,535	50	Котлеты рубленные 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.ж. 45%, Соль
4,176		37,188	165,492	180	Овощи запеченные Картофель свежий, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль
0,06	0,06	21,36	86,14	200	Напиток яблочный Яблоки свежие, Сахар-песок, Лимонная кислота
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Вода питьевая детская 3-7 лет (на весь день)
				200	Вода питьевая детская

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