

## МЕНЮ

за счёт бюджетных средств города Москвы

25 октября 2017 г.

| Белки                     | Жиры | Углеводы | Калор.  | Выход, г |   |
|---------------------------|------|----------|---------|----------|---|
| <b>Завтрак 1 с 3-7 дс</b> |      |          |         |          |   |
| 6,559                     | 7,16 | 30,749   | 213,678 | 180      | <b>Каша жидкая на молоке (манная)</b><br>Крупа Манная, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное, Соль |
| 0,04                      |      | 10,11    | 40,62   | 200      | <b>Чай с лимоном</b><br>Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон                                    |
| 0,08                      | 8,25 | 0,08     | 74,89   | 10       | <b>Масло коровьесладкосливочное несоленое</b>   |
| 1,6                       | 0,6  | 10       | 51,8    | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>   |

| Белки                     | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |                                      |
|---------------------------|------|----------|--------|----------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак 2 с 3-7 дс</b> |      |          |        |          |                                      |
| 1,2                       | 0,4  | 16,8     | 75,6   | 80       | <b>Фрукты и ягоды свежие (Банан)</b> |

| Белки                | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |  |
|----------------------|-------|----------|---------|----------|--|
| <b>Обед с 3-7 дс</b> |       |          |         |          |  |
| 7,37                 | 6     | 1,33     | 88,782  | 60       | <b>Сельдь с луком</b><br>Сельдь сл/с, Лук репчатый очищенный, Масло растительное   |
| 3,68                 | 3,981 | 11,55    | 96,748  | 190      | <b>Рассольник домашний на мясном бульоне</b><br>Капуста белокочанная очищенная, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Масло сливочное, Соль, Сметана |
| 2,88                 | 2,48  |          | 33,852  | 10       | <b>Говядина отварная</b><br>Говядина тазобедренная часть п/ф, Соль   |
| 10,45                | 7,42  | 2,92     | 118,587 | 70       | <b>Печень по-строгановски</b><br>Печень говяжья с/м, Томат-паста, Сметана, Соль, Масло сливочное, Мука пшеничная, Соль   |
| 5,06                 | 4,29  | 22,85    | 150,24  | 120      | <b>Каша гречневая рассыпчатая</b><br>Крупа Гречневая, Соль, Масло сливочное  |
| 0,28                 | 0,06  | 27,88    | 113,14  | 200      | <b>Компот из плодов сухих</b><br>Изюм, Чернослив, Сахар-песок, Лимонная кислота  |
| 1,6                  | 0,6   | 10       | 51,8    | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>  |
| 1,32                 | 0,22  | 8,2      | 40,06   | 20       | <b>Хлеб ржано-пшеничной</b>  |

| Белки                   | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г |   |
|-------------------------|-------|----------|--------|----------|---|
| <b>Полдник с 3-7 дс</b> |       |          |        |          |   |
| 16,82                   | 10,29 | 16,77    | 226,93 | 100      | <b>Пудинг из творога запеченный</b><br>Творог 9%, Крупа Манная, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Соль, Масло сливочное, Ванилин, Сухари панировочные, Сметана |
|                         |       |          |        | 20       | <b>Печенье</b>  |
| 6,24                    | 4     | 6,72     | 87,84  | 160      | <b>Ряженка</b>  |

| Белки                  | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |  |
|------------------------|-------|----------|---------|----------|--|
| <b>Ужин 1 с 3-7 дс</b> |       |          |         |          |  |
| 11,21                  | 10,86 | 4,01     | 158,64  | 50       | <b>Шницель рубленый куриный</b><br>Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Молоко, Яйцо диетическое, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное |
| 3,17                   | 5,99  | 16,819   | 133,866 | 180      | <b>Свекла тушеная</b><br>Свекла свежая очищенная п/ф, Масло сливочное, Сметана, Соль   |
| 0,12                   | 0,04  | 16,86    | 68,36   | 200      | <b>Напиток смородина</b><br>Смородина черная б/з, Сахар-песок  |
| 1,6                    | 0,6   | 10       | 51,8    | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>  |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |   |
|-------|------|----------|--------|----------|---|
|       |      |          |        | 200      | <b>Вода питьевая детская 3-7 лет (на весь день)</b><br>Общество с ограниченной ответственностью "ШКОЛЬНИК-ЮЗ" |

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