



**МЕНЮ**  
за счёт бюджетных средств города Москвы  
12 сентября 2017 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход г	
<b>Завтрак 1 с 3-7 дс</b>					
16,82	10,29	76,77	226,93	100	<b>Пудинг из творога запеченный</b>
Творог 9%, Крупа Манная, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Соль, Масло сливочное, Ванилин, Сухари панировочные, Сметана					
0,006	0,002	5,285	21,188	10	<b>Соус клюквенный</b>
Клюква блз, Крахмал картофельный, Сахар-песок					
3,79	3,474	19,47	123,66	200	<b>Кофейный напиток злаковый на молоке</b>
Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко					
2,32	2,95		35,83	10	<b>Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45%</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>					
0,4	0,3	10,3	45,5	100	<b>Фрукты и ягоды свежие (Груша)</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход г	
<b>Обед с 3-7 дс</b>					
0,42	7,25	1,32	72,18	60	<b>Салат из свежих огурцов с растительным маслом</b>
Огурцы свежие, Масло растительное, Соль					
3,76	4,04	10,05	91,58	200	<b>Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне</b>
Свекла свежая очищенная п/ф, Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Томат-паста, Масло сливочное, Сахар-песок, Соль, Сметана, Лимонная кислота					
11,35	10,44	2,08	147,623	70	<b>Гуляш из отварного мяса</b>
Говядина тазобедренная часть п/ф, Соль, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Томат-паста, Масло сливочное, Мука пшеничная					
2,97	3,39	32,79	173,544	120	<b>Рис отварной</b>
Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль					
0,75	0,15	15,15	64,95	150	<b>Сок фруктовый</b>
1,6	0,6	10	51,8	20	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>
1,32	0,22	8,2	40,08	20	<b>Хлеб ржано-пшеничной</b>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход г	
<b>Полдник с 3-7 дс</b>					
3,49	2,78	8,28	72,07	100	<b>Запеканка овощная</b>
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					
6,24	4	6,72	87,84	160	<b>Ряженка</b>
2,46	1,64	23,96	120,804	40	<b>Ватрушка с повидлом</b>
Мука пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Масло растительное, Повидло (джем) в ассортименте, Масло растительное					

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход г	
<b>Ужин 1 с 3-7 дс</b>					
0,33	0,06	1,14	6,42	30	<b>Помидоры свежие</b>
5,86	8,42	13,84	154,52	200	<b>Капуста, тушенная с мясом</b>
Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Томат-паста, Соль, Сахар-песок, Говядина тазобедренная часть п/ф					
0,27	0,06	24,41	99,26	200	<b>Компот из плодов свежих (апельсин)</b>
Апельсин, Сахар-песок					
				18	<b>Мармелад 18 г</b>
1,6	0,6	10	51,8	20	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>