

МЕНЮ
За счет бюджета города Москвы
9 февраля 2018 г.

Углеводы	Калор	Выход, г	
Завтрак 1 с 3-7			
Омлет натуральный, запеченный			
24	120,68	100	Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное
Кофейный напиток из цикория с молоком			
84	120,64	200	Молоко, Напиток кофейный цикория растворимый, Сахар-песок
Масло коровьесладкосливочное несоленое			
53	74,89	10	
Хлеб из муки пшеничной первого сорта			
5	51,8	20	

Углеводы	Калор	Выход, г	
Завтрак 2 с 3-7			
Фрукты и ягоды свежие (Яблоко)			
9,8	44,4	100	

Углеводы	Калор	Выход, г	
Обед с 3-7			
Салат Мозаика			
6,09	71,07	60	Картофель свежий, Горошек зеленый консервированный, Морковь свежая очищенная п/ф, Яйцо диетическое, Соль, Масло растительное
Щи из капусты свежей на бульоне мясном с мелкошинкованными овощами			
6,66	64,04	200	Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Томат-паста, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Сметана
Суфле из отварного мяса (говядина)			
6,98	169,883	70	Говядина тазобедренная часть п/ф, Соль, Молоко, Мука пшеничная, Соль, Яйцо диетическое, Масло растительное
Рис отварной			
32,79	173,544	120	Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль
Напиток из плодов сухих (изюм)			
21,88	89,18	200	Сахар-песок, Лимонная кислота, Изюм
Хлеб из муки пшеничной первого сорта			
10	51,8	20	
Хлеб ржано-пшеничной			
8,2	40,06	20	

Углеводы	Калор	Выход, г	
Полдник с 3-7			
Лавашник с творогом			
24,26	187,19	100	Макаронные изделия (Лаваш ленточный), Творог 9%, Сахар-песок, Масло растительное, Сметана, Сухари панировочные, Соль
Булочка Любимая			
15,24	87,564	30	Мука пшеничная, Молоко, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Дрожжи сухие, Соль, Масло сливочное, Масло растительное
Ряженка			
6,72	87,84	160	

Углеводы	Калор	Выход, г	
Ужин 1 с 3-7			
Тефтели рыбные			
3,6	58,51	50	Рыба филе Минтая 6х с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль, Масло сливочное
Пюре картофельное			
3,9	161,01	180	Картофель свежий, Молоко, Масло сливочное, Соль
Компот из плодов свежих			
35	86,14	200	Яблоки свежие, Апельсин, Сахар-песок, Лимонная кислота
Хлеб из муки пшеничной первого сорта			
10	51,8	20	

Углеводы	Калор	Выход, г	
Вода питьевая детская(на весь день) с 3-7			
		200	

Вода питьевая детская (на весь день) с 3-7
 Вода питьевая детская
 ответственностью
 на полдник может выдаваться "Чай с сахаром"
 (добавка "Кольник")

Зав. производством _____

