

МЕНЮ
За счет бюджета города Москвы
1 апреля 2020 г.

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|-------------------------------|-------|----------|---------|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Завтрак 1 сад 3-7 (1л) | | | | | |
| 5,501 | 8,359 | 25,78 | 200,412 | 180 | Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных) Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное |
| 3,67 | 3,48 | 14,63 | 104,52 | 200 | Какао на молоке Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко |
| 0,08 | 8,25 | 0,08 | 74,89 | 10 | Масло коровьесладкосливочное несоленое Масло сливочное шт |
| 1,6 | 0,6 | 10 | 51,8 | 20 | Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|-------------------------------|------|----------|--------|----------|------------------------------------------------------|
| Завтрак 2 сад 3-7 (1л) | | | | | |
| 0,32 | 0,24 | 8,24 | 36,4 | 80 | Фрукты и ягоды свежие (Груша) Груши свежие |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|--------------------------|-------|----------|---------|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Обед сад 3-7 (1л) | | | | | |
| 1,068 | 3,156 | 7,548 | 62,844 | 60 | Салат Осенний Картофель свежий, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Свекла свежая очищенная п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Соль |
| 1,42 | 2,14 | 9,84 | 64,24 | 200 | Борщ с капустой и картофелем 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 растительное, Сахар-песок, Соль, Лимонная кислота |
| 11,65 | 10,74 | 9,41 | 180,915 | 70 | Биточки рубленые куриные Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Соль, Масло растительное |
| 2,08 | 6,18 | 14,03 | 120,084 | 120 | Рагу из овощей Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Масло растительное, Томат-паста, Морковь свежая очищенная п/ф, Мука пшеничная, Сахар-песок, Чеснок свежий очищенный п/ф, Соль |
| 0,75 | 0,15 | 15,15 | 64,95 | 150 | Сок фруктовый Сок яблочный |
| 1,6 | 0,6 | 10 | 51,8 | 20 | Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке |
| 1,32 | 0,22 | 8,2 | 40,06 | 20 | Хлеб ржано-пшеничной Хлеб ржано-пшеничный в нарезке |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|-----------------------------|-------|----------|---------|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Полдник сад 3-7 (1л) | | | | | |
| 9,281 | 7,501 | 44,06 | 283,032 | 180 | Макаронны, запеченные с сыром Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль, Сыр с м.д.ж 45% |
| 4,8 | 5,12 | 7,52 | 95,36 | 160 | Молоко ультрапастеризованное Молоко |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|----------------------------|------|----------|---------|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ужин 1 сад 3-7 (1л) | | | | | |
| 6,84 | 0,99 | 4,21 | 53,095 | 50 | Кнели рыбные отварные собственного производства Рыба филе Минтая б/к с/м, Молоко, Мука пшеничная, Соль, Яйцо диетическое |
| 4,45 | 5,09 | 49,18 | 260,316 | 180 | Рис отварной Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль |
| 0,1 | 0,04 | 24,46 | 98,6 | 200 | Кисель из смородины Смородина черная б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок |
| 1,6 | 0,6 | 10 | 51,8 | 20 | Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|--------------------------------------------------|------|----------|--------|----------|-------------------------------------------------------|
| Вода питьевая детская (на весь день) 3-7 | | | | | |
| 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 200 | Вода питьевая детская Вода питьевая детская |

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