

СОГЛАСОВАНО

Директор  
Ф.И.О. *Лазебных В.А.* 514

УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор  
ЗАО "КОМБИНАТ ДОШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ"  
Лазебных В.А.

## МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы  
3 октября 2019 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Завтрак 1 сад 3-7 (1л)</b>					
8,7	9	36,1	260,3	180	<b>Каша молочная пшеничная жидкая</b> Крупа Пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
5,2	5,6	1	75,3	50	<b>Омлет натуральный, запеченный</b> Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное
3,67	3,48	14,63	104,52	200	<b>Какао на молоке</b> Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко
0,16	0,02	16,2	65,2	20	<b>Зефир</b>
1,6	0,6	10	51,8	20	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b> Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Завтрак 2 сад 3-7 (1л)</b>					
0,4	0,3	10,3	45,5	100	<b>Плоды и ягоды свежие (Груша)</b> Груши свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Обед сад 3-7 (1л)</b>					
1,482	6,21	7,806	93,03	60	<b>Салат овощной с фасолью</b> Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Фасоль сухая, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль
5,529	4,237	14,231	117,249	190	<b>Суп картофельный с бобовыми (горох)</b> Картофель свежий, Горох колотый, Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль
1,14	0,43	7,15	37,037	10	<b>Сухарики из хлеба пшеничного</b> Хлеб пшеничный в нарезке
10,61 2	2,793	10,661	110,278	70	<b>Котлеты рубленые из фарша рыбного</b> Рыба филе Минтая б/к с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо диетическое, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное
2,45	3,35	27,3	149,12	180	<b>Рис отварной</b> Крупа Рисовая, Масло растительное, Соль
0,28	0,06	21,88	89,18	200	<b>Напиток из плодов сухих (изюм)</b> Сахар-песок, Лимонная кислота, Изюм
1,6	0,6	10	51,8	20	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b> Хлеб пшеничный в нарезке
1,32	0,22	8,2	40,06	20	<b>Хлеб ржано-пшеничной</b> Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Полдник сад 3-7 (1л)</b>					
4,56	4,49	23,92	154,3	100	<b>Запеканка со свежими плодами</b> Крупа Пшено, Молоко, Соль, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Сухари панировочные, Яблоки свежие
2,41	1,94	13,67	81,792	30	<b>Булочка с изюмом</b> Мука пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Изюм, Соль, Яйцо диетическое, Масло растительное
4,8	5,12	7,52	95,36	160	<b>Молоко ультрапастеризованное</b> Молоко

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Ужин 1 сад 3-7 (1л)</b>					
0,24	0,009	0,153	3,27	30	<b>Огурцы консервированные без уксуса</b> Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки)
10,91	8,33	48,96	314,48	200	<b>Макаронные изделия, запеченные с сыром</b> Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль, Сыр с м.д.ж 45%
1,46	3,58	18,42	111,74	20	<b>Печенье</b>
0,06	0,06	21,35	86,14	200	<b>Компот из плодов свежих</b> Яблоки свежие, Апельсин, Сахар-песок, Лимонная кислота
1,6	0,6	10	51,8	20	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b> Хлеб пшеничный в нарезке

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

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

Главный технолог

Зав. производством