

СОГЛАСОВАНО

Директор
Ф.И.О. *Мещеряков А.В.* 514

УТВЕРЖДЕНО

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

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы
12 ноября 2019 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1 сад 3-7 (1л)					
15,24	9,83	15,41	211,1	100	Суфле творожное запеченное
Творог 9%, Мука пшеничная, Молоко, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное					
0,006	0,002	5,285	21,188	10	Соус клюквенный
Клюква б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок					
0,04	0,00	10,11	40,62	200	Чай с лимоном
Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон					
0,08	8,25	0,08	74,89	10	Масло коровье-сливочное несоленое
Масло сливочное шт					
2,32	2,95	0,00	35,83	10	Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45%
Сыр с м.д.ж 45%					
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	0,32	7,84	35,52	80	Фрукты и ягоды свежие (Яблоко)
Яблоки свежие					

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед сад 3-7 (1л)					
0,83	6,05	2,84	69,15	60	Салат из сборных овощей
Капуста белокачанная свежая очищенная п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Помидоры, Огурцы свежие, Масло растительное, Соль					
5,529	4,237	14,231	117,249	190	Суп картофельный с бобовыми (горох)
Картофель свежий, Горох колотый, Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль					
1,14	0,43	7,15	37,037	10	Сухарики из хлеба пшеничного
Хлеб пшеничный в нарезке					
9,289	1,484	7,84	81,914	70	Тефтели рыбные
Рыба филе Минтая б/к с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль, Масло сливочное					
4,42	3,49	28,2	161,904	120	Изделия макаронные отварные
Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное					
0,1	0,02	17,26	69,62	200	Напиток вишневый
Вишня б/з, Сахар-песок					
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)					
4,67	4,38	24,15	154,728	120	Каша пшеничная молочная
Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль					
2,74	1,74	15,24	87,564	30	Булочка Любимая
Мука пшеничная, Молоко, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Дрожжи сухие, Соль, Масло сливочное, Масло растительное					
6,24	4	6,72	87,84	160	Ряженка
Ряженка					

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Ужин 1 сад 3-7 (1л)					
0,24	0,03	0,75	4,23	30	Огурцы свежие
Огурцы свежие					
13,26	15,9	19,81	275,34	200	Голубцы ленивые
Говядина котлетная часть с/м, Капуста белокачанная свежая очищенная п/ф, Крупа Рисовая, Масло растительное, Томат-паста, Сметана, Соль					
0,06	0,06	21,35	86,14	200	Компот из плодов свежих
Яблоки свежие, Апельсин, Сахар-песок, Лимонная кислота					
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"

Главный технолог *А.В. Мещеряков*Зав. производством *В.А. Лазебных*