

СОГЛАСОВАНО

Директор

Ф.И.О.

*Александр Н.*

УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор

ЗАО "КОМБИНАТ ДОШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ"

Лазебных В.А.

## МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы  
17 января 2020 г.

| Белки                         | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г |   |
|-------------------------------|-------|----------|--------|----------|---|
| <b>Завтрак 1 сад 3-7 (1л)</b> |       |          |        |          |   |
| 10,44                         | 11,24 | 1,95     | 150,68 | 100      | <b>Омлет натуральный, запеченный</b><br>Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное                   |
| 3,9                           | 3,84  | 17,66    | 120,84 | 200      | <b>Кофейный напиток из цикория с молоком</b><br>Молоко, Напиток кофейный цикорий растворимый, Сахар-песок |
| 0,08                          | 8,25  | 0,08     | 74,89  | 10       | <b>Масло коровье сладкосливочное несоленое</b><br>Масло сливочное   |
| 1,6                           | 0,6   | 10       | 51,8   | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке                                   |

| Белки                         | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |   |
|-------------------------------|------|----------|--------|----------|---|
| <b>Завтрак 2 сад 3-7 (1л)</b> |      |          |        |          |   |
| 0,4                           | 0,4  | 9,8      | 44,4   | 100      | <b>Плоды и ягоды свежие (Яблоко)</b><br>Яблоки свежие |

| Белки                    | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |  |
|--------------------------|-------|----------|---------|----------|--|
| <b>Обед сад 3-7 (1л)</b> |       |          |         |          |  |
| 1,72                     | 4,42  | 6,09     | 71,07   | 60       | <b>Салат Мозаика</b><br>Картофель свежий, Горошек зеленый консервированный, Морковь свежая очищенная п/ф, Яйцо диетическое, Соль, Масло растительное   |
| 3,8                      | 1,8   | 6,5      | 57,3    | 200      | <b>Щи из капусты свежей на бульоне мясном с мелкошинкованными овощами</b><br>Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Томат-паста, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль |
| 11,62                    | 11,05 | 5,98     | 169,883 | 70       | <b>Суфле из отварного мяса (говядина)</b><br>Говядина тазобедренная часть п/ф, Соль, Молоко, Мука пшеничная, Соль, Яйцо диетическое, Масло растительное  |
| 2,97                     | 3,39  | 32,79    | 173,544 | 120      | <b>Рис отварной</b><br>Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль  |
| 0,28                     | 0,06  | 21,88    | 89,18   | 200      | <b>Напиток из плодов сухих (изюм)</b><br>Сахар-песок, Лимонная кислота, Изюм   |
| 1,6                      | 0,6   | 10       | 51,8    | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке  |
| 1,32                     | 0,22  | 8,2      | 40,06   | 20       | <b>Хлеб ржано-пшеничной</b><br>Хлеб ржано-пшеничный в нарезке  |

| Белки                       | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |  |
|-----------------------------|-------|----------|---------|----------|--|
| <b>Полдник сад 3-7 (1л)</b> |       |          |         |          |  |
| 6,552                       | 5,004 | 29,376   | 188,688 | 120      | <b>Макаронны, запеченные с сыром</b><br>Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль, Сыр с м.д.ж 45%                                       |
| 2,74                        | 1,74  | 15,24    | 87,564  | 30       | <b>Булочка Любимая</b><br>Мука пшеничная, Молоко, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Дрожжи сухие, Соль, Масло сливочное, Масло растительное |
| 4,8                         | 5,12  | 7,52     | 95,36   | 160      | <b>Молоко ультрапастеризованное</b><br>Молоко  |

| Белки                      | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г |   |
|----------------------------|-------|----------|--------|----------|---|
| <b>Ужин 1 сад 3-7 (1л)</b> |       |          |        |          |   |
| 6,635                      | 1,06  | 5,6      | 58,51  | 50       | <b>Тефтели рыбные</b><br>Рыба филе Минтая б/к с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль, Масло сливочное |
| 3,991                      | 4,601 | 25,9     | 161,01 | 180      | <b>Пюре картофельное</b><br>Картофель свежий, Молоко, Масло сливочное, Соль   |
| 0,06                       | 0,06  | 21,35    | 86,14  | 200      | <b>Компот из плодов свежих</b><br>Яблоки свежие, Апельсин, Сахар-песок, Лимонная кислота  |
| 1,6                        | 0,6   | 10       | 51,8   | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b><br>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><br>Вода питьевая детская |

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

Главный технолог \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_