

СОГЛАСОВАНО

Директор
Ф.И.О. *Александров*

УТВЕРЖДЕНО

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

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы
23 октября 2019 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1 сад 3-7 (1л)					
Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)					
8,208	11,25	30,02	254,052	180	Крупа Геркулес, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
Омлет с сыром запеченный					
5,6	7,1	0,8	90	50	Яйцо диетическое, Молоко, Сыр с м.д.ж 45%, Соль, Масло растительное
Зефир					
0,16	0,02	16,2	65,2	20	
Чай с сахаром					
0,00	0,00	9,99	39,96	200	Чай черный весовой, Сахар-песок
Хлеб из муки пшеничной первого сорта					
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 2 сад 3-7 (1л)					
Фрукты и ягоды свежие (Апельсин)					
0,72	0,16	6,48	30,24	80	Апельсин

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед сад 3-7 (1л)					
Винегрет					
0,96	6,114	5,46	80,67	60	Картофель свежий, Свекла свежая очищенная п/ф, Лимонная кислота, Морковь свежая очищенная п/ф, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Горошек зеленый консервированный, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Лимонная кислота
Суп картофельный с бобовыми (горох)					
5,529	4,237	14,231	117,249	190	Картофель свежий, Горох колотый, Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль
Сухарики из хлеба пшеничного					
1,14	0,43	7,15	37,037	10	Хлеб пшеничный в нарезке
Рыба (филе) запеченная					
13,67	3,35	2,94	96,551	70	Рыба филе Минтая б/к с/м, Мука пшеничная, Масло растительное, Соль
Изделия макаронные отварные					
6,6	6,2	42,3	251	180	Макаронные изделия, Соль, Масло растительное
Сок фруктовый					
1	0,2	20,2	86,6	200	Сок яблочный-абрикос
Хлеб из муки пшеничной первого сорта					
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб пшеничный в нарезке
Хлеб ржано-пшеничный					
1,32	0,22	8,2	40,06	20	Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Полдник сад 3-7 (1л)					
Оладьи					
7,39	6,98	43,45	266,18	100	Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное
Повидло					
0,00	0,00	3,3	13,2	5	Повидло (джем) в ассортименте
Молоко ультрапастеризованное					
4,8	5,12	7,52	95,36	160	Молоко

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Ужин 1 сад 3-7 (1л)					
Котлеты рубленые из птицы (цыплята) собственного производства, запеченные с соусом молочным					
6,13	5,64	5,82	98,535	50	Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль, Молоко, Масло сливочное, Мука пшеничная, Сыр с м.д.ж 45%, Соль
Каша гречневая рассыпчатая					
7,6	7,4	34,2	233,5	180	Крупа Гречневая, Соль, Масло растительное
Кисель абрикосовый					
0,52	0,04	19,2	79,14	200	Курага, Крахмал картофельный, Сахар-песок
Хлеб из муки пшеничной первого сорта					
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб пшеничный в нарезке

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

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

Главный технолог

Зав. производством