

СОГЛАСОВАНО

Директор 514  
Ф.И.О. 

УТВЕРЖДЕНО

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

## МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы  
29 октября 2019 г.

| Белки                         | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г |  |
|-------------------------------|-------|----------|--------|----------|--|
| <b>Завтрак 1 сад 3-7 (1л)</b> |       |          |        |          |  |
| 5,6                           | 7,1   | 0,8      | 90     | 50       | <b>Омлет с сыром запеченный</b><br>Яйцо диетическое, Молоко, Сыр с м.д.ж 45%, Соль, Масло растительное |
| 8,064                         | 8,784 | 33,12    | 243,72 | 180      | <b>Каша жидкая на молоке (манная)</b><br>Крупа Манная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное      |
| 3,79                          | 3,474 | 19,47    | 123,66 | 200      | <b>Кофейный напиток злаковый на молоке</b><br>Кофейный напиток, 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><br>Хлеб пшеничный в нарезке                                |

| Белки                         | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |  |
|-------------------------------|------|----------|--------|----------|--|
| <b>Завтрак 2 сад 3-7 (1л)</b> |      |          |        |          |  |
| 0,32                          | 0,32 | 7,84     | 35,52  | 80       | <b>Фрукты и ягоды свежие (Яблоко)</b><br>Яблоки свежие |

| Белки                    | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |   |
|--------------------------|-------|----------|---------|----------|---|
| <b>Обед сад 3-7 (1л)</b> |       |          |         |          |   |
| 1,068                    | 3,156 | 7,548    | 62,844  | 60       | <b>Салат Осенний</b><br>Картофель свежий, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Свекла свежая очищенная п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Соль  |
| 3,6                      | 3,4   | 9,9      | 84,8    | 200      | <b>Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне</b><br>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 сливочное, Сахар-песок, Соль, Лимонная кислота |
| 8,8                      | 8,5   | 2,2      | 119,9   | 70       | <b>Бефстроганов</b><br>Говядина тазобедренная часть п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Соль, Мука пшеничная, Масло сливочное  |
| 4,05                     | 6,21  | 33,066   | 204,354 | 180      | <b>Картофель отварной, запеченный с маслом растительным</b><br>Картофель свежий, Масло растительное, Соль   |
| 1                        | 0,2   | 20,2     | 86,6    | 200      | <b>Сок фруктовый</b><br>Сок мультифрукт   |
| 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-пшеничный</b><br>Хлеб ржано-пшеничный в нарезке   |

| Белки                       | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |  |
|-----------------------------|------|----------|--------|----------|--|
| <b>Полдник сад 3-7 (1л)</b> |      |          |        |          |  |
| 7,39                        | 6,98 | 43,45    | 266,18 | 100      | <b>Оладьи</b><br>Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное |
| 0,00                        | 0,00 | 3,3      | 13,2   | 5        | <b>Повидло</b><br>Повидло (джем) в ассортименте  |
| 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> |      |          |         |          |  |
| 7,98                       | 6,38 | 6,25     | 114,275 | 50       | <b>Фрикадельки мясные паровые собственного производства</b><br>Говядина котлетная часть с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль  |
| 3,85                       | 7,42 | 13,37    | 135,63  | 180      | <b>Капуста тушеная</b><br>Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Томат-паста, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль, Сахар-песок |
| 0,12                       | 0,04 | 16,86    | 68,36   | 200      | <b>Напиток смородина</b><br>Смородина черная б/з, Сахар-песок  |
| 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