

СОГЛАСОВАНО

Директор 514  
Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор  
ЗАО "КОМБИНАТ ДОШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ"  
Лазебных В.А.**МЕНЮ**За счет бюджета города Москвы  
30 января 2020 г.

| Белки  | Жиры | Углеводы | Калор.  | Выход, г |   |
|--|------|----------|---------|----------|---|
| <b>Завтрак 1 сад 3-7 (1л)</b>  |      |          |         |          |   |
| <b>Каша пшенная молочная</b>   |      |          |         |          |   |
| 7,099  | 6,57 | 36,23    | 232,092 | 180      | Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль |
| <b>Какао на молоке</b>   |      |          |         |          |   |
| 3,67   | 3,48 | 14,63    | 104,52  | 200      | Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко                      |
| <b>Масло коровьесладкосливочное несоленое</b>  |      |          |         |          |   |
| 0,08   | 8,25 | 0,08     | 74,89   | 10       | Масло сливочное шт                                      |
| <b>Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45%</b> |      |          |         |          |   |
| 2,32   | 2,95 | 0,00     | 35,83   | 10       | Сыр с м.д.ж 45%   |
| <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>  |      |          |         |          |   |
| 1,6  | 0,6  | 10       | 51,8    | 20       | Хлеб пшеничный в нарезке                                |

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

| Белки  | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |   |
|--|-------|----------|---------|----------|---|
| <b>Обед сад 3-7 (1л)</b>                             |       |          |         |          |   |
| <b>Салат из свежих огурцов с растительным маслом</b> |       |          |         |          |   |
| 0,42   | 7,25  | 1,32     | 72,18   | 60       | Огурцы свежие, Масло растительное, Соль   |
| <b>Суп из овощей на курином бульоне</b>              |       |          |         |          |   |
| 3,6  | 5,2   | 9,2      | 97,7    | 200      | Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло сливочное, Соль           |
| <b>Гуляш из отварной птицы</b>                       |       |          |         |          |   |
| 9,898  | 8,323 | 1,12     | 118,951 | 70       | Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Масло сливочное, Мука пшеничная, Томат-паста, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль |
| <b>Изделия макаронные отварные</b>                   |       |          |         |          |   |
| 4,42   | 3,49  | 28,2     | 161,904 | 120      | Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное   |
| <b>Напиток вишневый</b>                              |       |          |         |          |   |
| 0,1  | 0,02  | 17,26    | 69,62   | 200      | Вишня б/з, Сахар-песок  |
| <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>          |       |          |         |          |   |
| 1,6  | 0,6   | 10       | 51,8    | 20       | Хлеб пшеничный в нарезке  |
| <b>Хлеб ржано-пшеничной</b>                          |       |          |         |          |   |
| 1,32   | 0,22  | 8,2      | 40,06   | 20       | Хлеб ржано-пшеничный в нарезке  |

| Белки                               | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |  |
|-------------------------------------|------|----------|--------|----------|--|
| <b>Полдник сад 3-7 (1л)</b>         |      |          |        |          |  |
| <b>Запеканка овощная</b>            |      |          |        |          |  |
| 3,5                                 | 2,8  | 8,3      | 72,1   | 100      | Горошек зеленый консервированный, Картофель свежий, Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Яйцо диетическое, Крупа Манная, Сухари панировочные, Масло растительное, Сыр с м.д.ж 45%, Соль |
| <b>Булочка Городская</b>            |      |          |        |          |  |
| 2,45                                | 2,11 | 14,79    | 87,909 | 30       | Мука пшеничная, Сахар-песок, Масло сливочное, Молоко, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Соль, Сахар-песок, Ванилин, Яйцо диетическое, Масло растительное   |
| <b>Молоко ультрапастеризованное</b> |      |          |        |          |  |
| 4,8                                 | 5,12 | 7,52     | 95,36  | 160      | Молоко   |

| Белки  | Жиры | Углеводы | Калор.  | Выход, г |  |
|--|------|----------|---------|----------|--|
| <b>Ужин 1 сад 3-7 (1л)</b>                               |      |          |         |          |  |
| <b>Тефтели мясные с соусом собственного производства</b> |      |          |         |          |  |
| 4,205  | 4,17 | 5,705    | 77,195  | 50       | Говядина котлетная часть с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль, Масло растительное, Мука пшеничная, Томат-паста, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Сахар-песок, Соль |
| <b>Рис отварной</b>                                      |      |          |         |          |  |
| 4,45   | 5,09 | 49,18    | 260,316 | 180      | Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль   |
| <b>Компот из плодов свежих (апельсин)</b>                |      |          |         |          |  |
| 0,27   | 0,06 | 24,41    | 99,26   | 200      | Апельсин, Сахар-песок  |
| <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>              |      |          |         |          |  |
| 1,6  | 0,6  | 10       | 51,8    | 20       | Хлеб пшеничный в нарезке   |