

СОГЛАСОВАНО

Директор

Ф.И.О.

01514

УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор

ЗАО "КОМБИНАТ ДОШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ"

Лазебных В.А.

## МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

30 октября 2019 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Завтрак 1 сад 3-7 (1л)</b>					
<b>Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)</b>					
8,208	11,25	30,02	254,052	180	Крупа Геркулес, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
<b>Чай с сахаром</b>					
0,00	0,00	9,99	39,96	200	Чай черный весовой, Сахар-песок
<b>Омлет с морковью</b>					
4	6,2	1,9	78,7	50	Яйцо диетическое, Молоко, Морковь свежая очищенная п/ф, Масло сливочное, Соль, Масло сливочное
<b>Зефир</b>					
0,16	0,02	16,2	65,2	20	
<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>Винегрет</b>					
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
<b>Суп с изделиями макаронными (фигурными) группы А на мясном бульоне</b>					
9,24	7,32	24,88	202,36	200	Макаронные изделия (Вермишель яичная), Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло сливочное, Соль
<b>Капуста, тушенная с мясом</b>					
5,86	8,42	13,84	154,52	200	Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Томат-паста, Соль, Сахар-песок, Говядина тазобедренная часть п/ф
<b>Печенье</b>					
1,46	3,58	18,42	111,74	20	
<b>Сок фруктовый</b>					
1	0,2	20,2	86,6	200	Сок яблочный
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>					
3,2	1,2	20	103,6	40	Хлеб пшеничный в нарезке
<b>Хлеб ржано-пшеничной</b>					
2,64	0,44	16,4	80,12	40	Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Полдник сад 3-7 (1л)</b>					
<b>Пудинг манный</b>					
4,4	4,3	26,4	161,7	100	Крупа Манная, Молоко, Соль, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Сухари панировочные
<b>Соус абрикосовый</b>					
0,029	0,002	3,278	13,24	5	Курага, Сахар-песок
<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 рыбные</b>					
6,635	1,06	5,6	58,51	50	Рыба филе Минтая б/к с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль, Масло сливочное
<b>Картофель отварной</b>					
3,7	4,3	30,5	176,1	180	Картофель свежий, Масло растительное, Соль
<b>Напиток из цитрусовых</b>					
0,12	0,02	22,67	91,34	200	Лимон, Мандарин, Сахар-песок
<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>Вода питьевая детская (на весь день) 3-7</b>					
<b>Вода питьевая детская</b>					
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