

СОГЛАСОВАНО

Директор
Ф.И.О. *Воснецкая В.В.* 514

УТВЕРЖДЕНО

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

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы
15 октября 2019 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1 сад 3-7 (1л)					
8,064	8,784	33,12	243,72	180	Каша жидкая на молоке (манная) Крупа Манная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
0,04	0,00	10,11	40,62	200	Чай с лимоном Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон
0,16	0,02	16,2	65,2	20	Зефир
5,6	7,1	0,8	90	50	Омлет с сыром запеченный Яйцо диетическое, Молоко, Сыр с м.д.ж 45%, Соль, Масло сливочное
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке

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

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед сад 3-7 (1л)					
1,182	6,078	3,876	74,916	60	Салат из моркови с зеленым горошком Морковь свежая очищенная п/ф, Горошек зеленый консервированный, Соль, Масло растительное
5,529	4,237	14,231	117,249	190	Суп картофельный с бобовыми (горох) Картофель свежий, Горох колотый, Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль
1,14	0,43	7,15	37,037	10	Сухарики из хлеба пшеничного Хлеб пшеничный в нарезке
9,289	1,484	7,84	81,914	70	Тефтели рыбные Рыба филе Минтая б/к с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль, Масло сливочное
6,6	6,2	42,3	251	180	Изделия макаронные отварные Макаронные изделия, Соль, Масло растительное
1	0,2	20,2	86,6	200	Сок фруктовый Сок яблочный-абрикос
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке
1,32	0,22	8,2	40,06	20	Хлеб ржано-пшеничной Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Полдник сад 3-7 (1л)					
6,108	5,916	26,412	183,336	120	Каша пшеничная молочная Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное, Крупа Пшено, Соль
2,74	1,74	15,24	87,564	30	Булочка Любимая Мука пшеничная, Молоко, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Дрожжи сухие, Соль, Масло сливочное, Масло растительное
4,8	5,12	7,52	95,36	160	Молоко ультрапастеризованное Молоко

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Ужин 1 сад 3-7 (1л)					
0,24	0,009	0,153	3,27	30	Огурцы консервированные без уксуса Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки)
13,26	15,9	19,82	274,06	200	Голубцы ленивые Говядина котлетная часть с/м, Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Крупа Рисовая, Масло растительное, Томат-паста, Соль
0,06	0,06	21,35	86,14	200	Компот из плодов свежих Яблоки свежие, Апельсин, Сахар-песок, Лимонная кислота
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке

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

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

Главный технолог *В.В. Воснецкая*Зав. производством *В.А. Лазебных*