

СОГЛАСОВАНО

1956

Ф.И.О.

*Специальное*  
*(Подпись Т.В.)*

УТВЕРЖДЕНО

Исполнительный директор

РусСоцКапитал

Савельева И.Б.

## МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы  
 30 августа 2021 г.

*Савельева И.Б.*

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Завтрак I с 3-7 лет</b>					
<b>Каша пшеничная молочная</b>					
7,002	6,57	34,434	224,892	180	Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль
		10	39,96	200	Чай с сахаром
<b>Сыр полутвердый</b>					
4,64	5,9		71,66	20	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 II с 3-7 лет</b>					
<b>Фрукты, плоды в ассортименте (Груша)</b>					
0,4	0,3	10,3	45,5	100	Груши свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Обед 3-7 лет</b>					
<b>Салат из моркови с растительным маслом</b>					
0,793	4,609	4,219	61,503	65	Морковь свежая, Масло растительное
<b>Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на мясном бульоне</b>					
3,12	4,38	12,42	101,6	200	Картофель очищенный, Лук репчатый свежий, Морковь свежая, Масло растительное, Соль, Фасоль сухая
<b>Гуляш из отварного мяса</b>					
11,34 7	10,437	2,079	147,623	70	Говядина тазобедренная часть, Соль, Лук репчатый свежий, Морковь свежая, Томат-паста, Масло сливочное, Мука пшеничная
<b>Изделия макаронные отварные</b>					
4,797	3,783	30,55	175,396	130	Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное
<b>Сок фруктовый</b>					
1	0,2	20,2	86,6	200	Сок яблочный-абрикос
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>					
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб пшеничный в нарезке
<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>					
1,32	0,22	8,2	40,06	20	Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Полдник 3-7 лет</b>					
<b>Оладьи</b>					
5,912	5,584	34,76	212,944	80	Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное
<b>Повидло</b>					
		3,3	13,2	5	Повидло (жем) яблочное
<b>Кефир</b>					
5,22	5,76	7,2	101,52	180	Кефир 3,2%

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Ужин 3-7 лет</b>					
<b>Биточки рубленые куриные</b>					
13,31 2	12,28	10,752	206,76	80	Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Соль, Масло растительное
<b>Соус сметанный</b>					
1,336	5,304	3,904	68,728	40	Сметана, Масло сливочное, Мука пшеничная, Соль
<b>Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом</b>					
3,42	4,395	27,585	163,53	150	Картофель очищенный, Масло сливочное, Соль
<b>Компот из плодов свежих (лимон)</b>					
0,12	0,02	8,42	34,28	200	Лимон, Сахар-песок
<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>					
3,2	1,2	20	103,6	40	Хлеб пшеничный в нарезке

*Вода питьевая 200 гр.*