

СОГЛАСОВАНО

1956

Ф.И.О.

Татьяна Поляничкина Т.В.
Специалист

УТВЕРЖДЕНО

Исполнительный директор

РусСоцКапитал

Савельева И.Б.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы
 7 сентября 2021 г.



Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак I с 3-7 лет					
Каша молочная пшеничная жидкая					
6,876	7,056	31,41	216,684	180	Крупа Пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
Чай с лимоном					
0,04		8,12	32,62	200	Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон
Творог для детского питания					
10,5	2	1,5	66	50	Творожок детский 50
Сыр полутвердый					
4,64	5,9		71,66	20	Сыр с м.д.ж 45%
Хлеб из муки пшеничной первого сорта					
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак II с 3-7 лет					
Фрукты, плоды в ассортименте (Яблоко)					
0,4	0,4	9,8	44,4	100	Яблоки свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед 3-7 лет					
Салат из сборных овощей					
0,904	6,559	3,081	74,913	65	Капуста белокочанная свежая, Морковь свежая, Помидоры, Огурцы свежие, Масло растительное, Соль
Суп картофельный с бобовыми (горох)					
5,529	4,237	14,231	117,249	190	Картофель очищенный, Лук репчатый свежий, Горох колотый, Морковь свежая, Масло растительное, Соль
Сухарики из хлеба пшеничного					
1,144	0,429	7,15	37,037	10	Хлеб пшеничный в нарезке
Тефтели рыбные					
9,31	3,794	7,868	102,886	70	Рыба филе Минтая б/к с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Лук репчатый свежий, Соль, Масло сливочное
Изделия макаронные отварные					
4,797	3,783	30,55	175,396	130	Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное
Напиток вишневый					
0,1	0,02	7,26	29,66	200	Вишня б/з, Сахар-песок
Хлеб из муки пшеничной первого сорта					
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб пшеничный в нарезке
Хлеб ржано-пшеничный					
1,32	0,22	8,2	40,06	20	Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Полдник 3-7 лет					
Каша пшеничная молочная					
5,835	5,475	28,695	187,41	150	Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль
Булочка Любимая					
2,742	1,734	14,643	85,164	30	Мука пшеничная, Молоко, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Дрожжи сухие, Соль, Масло сливочное, Масло растительное
Кефир					
5,4	5,76	7,2	102,24	180	Кефир 3,2%

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Ужин 3-7 лет					
Огурцы свежие					
0,24	0,03	0,75	4,23	30	Огурцы свежие
Плов мясной					
23,98	25,784	43,318	501,292	220	Говядина тазобедренная часть, Масло сливочное, Лук репчатый свежий, Морковь свежая, Томат-паста, Крупа Рисовая, Соль
Компот из плодов свежих					
0,06	0,06	7,36	30,2	200	Яблоки свежие, Апельсин, Сахар-песок, Лимонная кислота
Хлеб из муки пшеничной первого сорта					
3,2	1,2	20	103,6	40	Хлеб пшеничный в нарезке

Вода питьевая 200 гр.