

СОГЛАСОВАНО

1956

Ф.И.О.

Т.В. Полянская
Специалист

УТВЕРЖДЕНО

Исполнительный директор

РусСоцКапитал

Савельева И.Б.



МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы
 30 сентября 2021 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак I с 3-7 лет					
Каша "Дружба"					
4,914	10,818	24,192	213,84	180	Крупа Рисовая, Крупа Пшено, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
Какао на молоке					
3,68	3,48	12,64	96,52	200	Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко
Творог для детского питания					
21	4	3	132	100	Творожок
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 (Груша)					
0,4	0,3	10,3	45,5	100	Груши свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед 3-7 лет					
Салат из свежих огурцов с растительным маслом					
0,455	7,852	1,43	78,195	65	Огурцы свежие, Масло растительное, Соль
Суп из овощей на курином бульоне					
4	6,66	9,64	114,56	200	Капуста белокочанная свежая, Картофель очищенный, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Сметана, Масло сливочное, Соль
Гуляш из отварной птицы					
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, Лук репчатый свежий, Соль
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					
2,64	0,44	16,4	80,12	40	Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Полдник 3-7 лет					
Оладьи					
5,912	5,584	34,76	212,944	80	Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное
Соус клюквенный					
0,006	0,002	4,286	17,192	10	Клюква б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок
Кефир					
5,4	5,76	7,2	102,24	180	Кефир 3,2%

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Ужин 3-7 лет					
Котлеты рубленые из мяса (говядина)					
12,016	11,96	10	195,68	80	Говядина котлетная часть с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль, Масло растительное
Рагу из овощей					
2,595	7,725	16,425	145,605	150	Картофель очищенный, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Масло растительное, Томат-паста, Морковь свежая, Мука пшеничная, Чеснок свежий, Соль
Сок фруктовый					
1	0,2	20,2	86,6	200	Сок яблочный
Хлеб из муки пшеничной первого сорта					
3,2	1,2	20	103,6	40	Хлеб пшеничный в нарезке

Вода питьевая 200 гр.