

СОГЛАСОВАНО

1956

Ф.И.О.

Зубова Полянина Т.В.
Специалист

УТВЕРЖДЕНО

Исполнительный директор
РусСоцКапитал
Савельева И.Б.



МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы
6 октября 2021 г.

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|----------------------------|------|----------|--------|----------|---|
| Завтрак I с 3-7 лет | | | | | |
| 5,508 | 8,37 | 23,094 | 189,63 | 180 | Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных) Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Масло сливочное, Сахар-песок |
| 3,68 | 3,48 | 12,64 | 96,52 | 200 | Какао на молоке Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко |
| 0,08 | 8,25 | 0,08 | 74,89 | 10 | Масло сливочное Масло сливочное шт |
| 3,2 | 1,2 | 20 | 103,6 | 40 | Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|-----------------------------|------|----------|--------|----------|---|
| Завтрак II с 3-7 лет | | | | | |
| 0,4 | 0,3 | 10,3 | 45,5 | 100 | Фрукты, плоды в ассортименте (Груша) Груши свежие |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|---------------------|--------|----------|---------|----------|---|
| Обед 3-7 лет | | | | | |
| 1,066 | 6,552 | 6,26 | 88,29 | 65 | Салат из капусты с растительным маслом Капуста белокочанная свежая, Лимонная кислота, Сахар-песок, Соль, Масло растительное |
| 1,64 | 3,04 | 8,12 | 66,34 | 200 | Борщ с капустой и картофелем Свекла свежая, Капуста белокочанная свежая, Картофель очищенный, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Томат-паста, Масло растительное, Соль, Сметана, Лимонная кислота |
| 11,64 8 | 10,745 | 9,408 | 180,915 | 70 | Биточки рубленые куриные Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Соль, Масло растительное |
| 2,595 | 7,725 | 16,425 | 145,605 | 150 | Рагу из овощей Картофель очищенный, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Масло растительное, Масло растительное, Томат-паста, Морковь свежая, Мука пшеничная, Чеснок свежий, Соль |
| 1 | 0,2 | 20,2 | 86,6 | 200 | Сок фруктовый Сок яблочный |
| 3,2 | 1,2 | 20 | 103,6 | 40 | Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке |
| 1,32 | 0,22 | 8,2 | 40,06 | 20 | Хлеб ржано-пшеничный Хлеб ржано-пшеничный в нарезке |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|------------------------|-------|----------|--------|----------|---|
| Полдник 3-7 лет | | | | | |
| 4,77 | 5,85 | 27,105 | 180,18 | 150 | Каша молочная кукурузная жидкая Крупа Кукурузная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное |
| 2,412 | 1,941 | 13,368 | 80,592 | 30 | Булочка с изюмом Мука пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Изюм, Соль, Яйцо диетическое, Масло растительное |
| 5,22 | 5,76 | 6,84 | 100,08 | 180 | Ацидофилин Ацидофилин |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|---------------------|-------|----------|---------|----------|---|
| Ужин 3-7 лет | | | | | |
| 9,31 | 3,794 | 7,868 | 102,886 | 70 | Тефтели рыбные Рыба филе Минтая б/к с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Лук репчатый свежий, Соль, Масло сливочное |
| 3,18 | 6,81 | 25,485 | 175,98 | 150 | Картофель отварной Картофель очищенный, Масло сливочное, Соль |
| 0,1 | 0,04 | 12,46 | 50,64 | 200 | Кисель из смородины Смородина черная б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок |
| 1,46 | 3,58 | 18,42 | 111,74 | 20 | Кондитерское изделие Печенье |
| 3,2 | 1,2 | 20 | 103,6 | 40 | Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке |

Вода питьевая 200 гр.