

СОГЛАСОВАНО

1956

Ф.И.О.

*Т.В. Полянская*  
Специалист

УТВЕРЖДЕНО

Исполнительный директор  
РусСоцКапитал  
Савельева И.Б.



## МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы  
22 ноября 2021 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Завтрак I с 3-7 лет</b>					
7,002	6,57	34,434	224,892	180	<b>Каша пшенная молочная</b> Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль
		10	39,96	200	<b>Чай с сахаром</b> Чай черный весовой, Сахар-песок
4,64	5,9		71,66	20	<b>Сыр полутвердый</b> Сыр с м.д.ж 45%
1,6	0,6	10	51,8	20	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b> Хлеб пшеничный в нарезке

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

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Обед 3-7 лет</b>					
0,793	4,609	4,219	61,503	65	<b>Салат из моркови с растительным маслом</b> Морковь свежая, Масло растительное
3,12	4,38	12,42	101,6	200	<b>Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на мясном бульоне</b> Картофель очищенный, Лук репчатый свежий, Морковь свежая, Масло растительное, Соль, Фасоль сухая
11,34 7	10,437	2,079	147,623	70	<b>Гуляш из отварного мяса</b> Говядина тазобедренная часть, Соль, Лук репчатый свежий, Морковь свежая, Томат-паста, Масло сливочное, Мука пшеничная
4,797	3,783	30,55	175,396	130	<b>Изделия макаронные отварные</b> Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное
0,1	0,02	7,26	29,66	200	<b>Напиток вишневый</b> Вишня б/з, Сахар-песок
1,6	0,6	10	51,8	20	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b> Хлеб пшеничный в нарезке
1,32	0,22	8,2	40,06	20	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Полдник 3-7 лет</b>					
5,912	5,584	34,76	212,944	80	<b>Оладьи</b> Мука пшеничная, Яйцо куриное пищевое С1, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное
		3,3	13,2	5	<b>Повидло</b> Повидло (джем) яблочное
5,4	5,76	7,2	102,24	180	<b>Кефир</b> Кефир 3,2%

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

*Вода питьевая 200 гр.*