

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ ЦДО "Южный" ЛП Каширское шоссе, 57 к.8

Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор
ЗАО "КОМБИНАТ ДОШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ"
Лазебных В.А.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы
14 сентября 2021 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1 сад 3-7 (2л)					
6,876	7,056	31,41	216,684	180	Каша молочная пшеничная жидкая Крупа Пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
0,04	0,00	8,12	32,62	200	Чай с лимоном Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон
10,5	2	1,5	66	50	Творог для детского питания Творожок детский 50
4,64	5,9	0,00	71,66	20	Сыр полутвердый Сыр с м.д.ж 45%
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 2 сад 3-7 (2л)					
0,4	0,4	9,8	44,4	100	Фрукты, плоды в ассортименте (Яблоко) Яблоки свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед сад 3-7 (2л)					
0,904	6,559	3,081	74,913	65	Салат из сборных овощей Капуста белокочанная свежая, Морковь свежая, Помидоры, Огурцы свежие, Масло растительное, Соль
5,529	4,237	14,231	117,249	190	Суп картофельный с бобовыми (горох) Картофель очищенный, Лук репчатый свежий, Горох колотый, Морковь свежая, Масло растительное, Соль
1,144	0,429	7,15	37,037	10	Сухарики из хлеба пшеничного Хлеб пшеничный в нарезке
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
4,797	3,783	30,55	175,396	130	Изделия макаронные отварные Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное
0,1	0,02	7,26	29,66	200	Напиток вишневый Вишня б/з, Сахар-песок
1,6	0,6	10	51,8	20	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 сад 3-7 (2л)					
7,071	3,926	14,583	121,948	45	Сырники из творога с повидло Творог 9%, Мука пшеничная, Яйцо куриное пищевое С1, Соль, Масло растительное, Повидло (джем) в ассортименте
7,071	3,926	14,583	121,948	45	Сырники из творога с повидло Творог 9%, Мука пшеничная, Яйцо куриное пищевое С1, Соль, Масло растительное, Повидло (джем) в ассортименте
5,4	5,76	7,2	102,24	180	Кефир Кефир 3,2%

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

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Вода питьевая детская (на весь день) 3-7					
0,00	0,00	0,00	0,00	200	Вода питьевая детская Вода питьевая детская

Примечание: По желанию родителей на полдник может выдаваться "Чай с сахаром"