

СОГЛАСОВАНО

Директор Ф.И.О. ТКОУ ЦДО «Южный» ЛП Каширское шоссе, 57 к.8

УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор
ЗАО «КОМБИНАТ ДОШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ»

Давыдов В.А.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы
21 сентября 2021 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1 сад 3-7 (2л)					
16,70 4	17,984	3,12	241,088	160	Омлет натуральный, запеченный Яйцо куриное пищевое С1, Молоко, Соль, Масло сливочное
3,8	3,4	19,48	123,66	200	Кофейный напиток злаковый на молоке Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко
1,46	3,58	18,42	111,74	20	Кондитерское изделие Печенье
10,5	2	1,5	66	50	Творог для детского питания Творожок детский 50
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)					
1,5	0,5	21	94,5	100	Фрукты, плоды в ассортименте (Банан) Банан

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед сад 3-7 (2л)					
0,455	7,852	1,43	78,195	65	Салат из свежих огурцов с растительным маслом Огурцы свежие, Масло растительное, Соль
3,76	4,04	8,06	83,58	200	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне Свекла свежая, Капуста белокочанная свежая, Картофель очищенный, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Томат-паста, Масло сливочное, Соль, Сметана, Лимонная кислота
11,34 7	10,437	2,079	147,623	70	Гуляш из отварного мяса Говядина тазобедренная часть, Соль, Лук репчатый свежий, Морковь свежая, Томат-паста, Масло сливочное, Мука пшеничная
3,345	6,315	21,615	156,645	150	Пюре картофельное Картофель очищенный, Молоко, Масло сливочное, Соль
1	0,2	20,2	86,6	200	Сок фруктовый Сок мультифрукт
3,2	1,2	20	103,6	40	Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке
2,64	0,44	16,4	80,12	40	Хлеб ржано-пшеничный Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Полдник сад 3-7 (2л)					
4,77	5,85	27,105	180,18	150	Каша молочная кукурузная жидкая Крупа Кукурузная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
2,464	1,644	22,764	115,712	40	Ватрушка с повидлом Мука пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Яйцо куриное пищевое С1, Дрожжи сухие, Масло растительное, Повидло (джем) яблочное, Масло растительное
7,02	4,5	7,56	98,82	180	Ряженка Ряженка

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Ужин 1 сад 3-7 (2л)					
0,33	0,06	1,14	6,42	30	Помидоры свежие Помидоры
18,52 4	22,99	6,996	309,078	220	Капуста, тушенная с мясом Капуста белокочанная свежая, Масло растительное, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Томат-паста, Соль, Говядина тазобедренная часть
0,28	0,6	10,42	43,3	200	Компот из плодов свежих (апельсин) Апельсин, Сахар-песок
0,02	0,02	17,28	69,35	18	Кондитерское изделие Мармелад
1,6	0,6	10	51,8	20	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"