

СОГЛАСОВАНО

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

Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор

ЗАО "КОМБИНАТ ДОШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ"

Газебных В.А.



МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

30 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
3,68	3,48	12,64	96,52	200	Какао на молоке Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко
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

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)					
0,936	6,552	3,608	77,136	65	Салат витаминный с маслом растительным Капуста белокочанная свежая, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Лимонная кислота, Сахар-песок, Соль, Масло растительное
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
10,61 2	2,793	10,661	110,278	70	Котлеты рубленые из фарша рыбного Рыба филе Минтая б/к с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо куриное пищевое С1, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное
3,211	3,679	35,516	188,006	130	Рис отварной Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль
1	0,2	20,2	86,6	200	Сок фруктовый Сок яблочный-виноградный
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)					
5,61	3,525	40,92	217,815	150	Каша рассыпчатая пшеничная с фруктами Крупа Пшено, Изюм, Яблоки свежие, Чернослив, Сахар-песок, Масло сливочное, Соль
2,412	1,941	13,368	80,592	30	Булочка с изюмом Мука пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное, Яйцо куриное пищевое С1, Дрожжи сухие, Изюм, Соль, Яйцо куриное пищевое С1, 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)					
0,24	0,03	0,51	3,27	30	Огурцы консервированные (без уксуса) Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки)
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
0,06	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"