

СОГЛАСОВАНО

Директор Образовательного учреждения "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

12 октября 2021 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Завтрак 1 сад 3-7 (2л)</b>					
6,876	7,056	31,41	216,684	180	<b>Каша молочная пшеничная жидкая</b> Крупа Пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
0,04	0,00	8,12	32,62	200	<b>Чай с лимоном</b> Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон
10,5	2	1,5	66	50	<b>Творог для детского питания</b> Творожок детский 50
4,64	5,9	0,00	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 2 сад 3-7 (2л)</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 сад 3-7 (2л)</b>					
0,904	6,559	3,081	74,913	65	<b>Салат из сборных овощей</b> Капуста белокочанная свежая, Морковь свежая, Помидоры, Огурцы свежие, Масло растительное, Соль
5,529	4,237	14,231	117,249	190	<b>Суп картофельный с бобовыми (горох)</b> Картофель очищенный, Лук репчатый свежий, Горох колотый, Морковь свежая, Масло растительное, Соль
1,144	0,429	7,15	37,037	10	<b>Сухарики из хлеба пшеничного</b> Хлеб пшеничный в нарезке
9,31	3,794	7,868	102,886	70	<b>Тефтели рыбные</b> 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	<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 сад 3-7 (2л)</b>					
7,071	3,926	14,583	121,948	45	<b>Сырники из творога с повидло</b> Творог 9%, Мука пшеничная, Яйцо куриное пищевое С1, Соль, Масло растительное, Повидло (джем) в ассортименте
7,071	3,926	14,583	121,948	45	<b>Сырники из творога с повидло</b> Творог 9%, Мука пшеничная, Яйцо куриное пищевое С1, Соль, Масло растительное, Повидло (джем) в ассортименте
5,4	5,76	7,2	102,24	180	<b>Кефир</b> Кефир 3,2%

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

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

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