

СОГЛАСОВАНО

Директор ГКОУ 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
15 октября 2021 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1 сад 3-7 (2л)					
5,166	7,38	29,34	204,534	180	Каша рисовая молочная жидкая Крупа Рисовая, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
3,9	38,4	17,66	120,84	200	Кофейный напиток из цикория с молоком Молоко, Сахар-песок, Кофейный напиток
8,5	4,5	3,5	88,5	100	Творог для детского питания Творог порционный классический 100 г
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)					
1,144	4,765	8,704	82,277	65	Салат из отварного картофеля, свежего огурца и зеленого салата Картофель свежий, Огурцы свежие, Капуста Пекинская (Салат Китайский), Масло растительное, Соль
9,26	8,74	10,96	159,36	200	Рассольник домашний с мясом Капуста белокочанная свежая, Картофель очищенный, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Масло сливочное, Соль, Сметана, Говядина отварная полуфабрикат
20,34 4	4,992	0,008	126,352	80	Печень тушеная (говяжья) Печень говяжья с/м, Масло сливочное, Соль
1,336	5,304	3,904	68,728	40	Соус сметанный Сметана, Масло сливочное, Мука пшеничная, Соль
4,797	3,783	30,55	175,396	130	Изделия макаронные отварные Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное
1	0,2	20,2	86,6	200	Сок фруктовый Сок яблочный-виноградный
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)					
5,912	5,584	34,76	212,944	80	Оладьи Мука пшеничная, Яйцо куриное пищевое С1, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное
0,00	0,00	3,3	13,2	5	Повидло Повидло (жем) яблочное
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)					
11,31 2	9,512	1,28	135,944	80	Гуляш из отварной птицы Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Масло сливочное, Мука пшеничная, Томат-паста, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Соль
2,64	4,995	14,01	111,555	150	Свекла тушеная Свекла свежая, Масло сливочное, Сметана, 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"