

**МЕНЮ**  
 За счет бюджета города Москвы  
 19 октября 2021 г.

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

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

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Полдник сад 3-7 (2л)</b>					
4,77	5,85	27,105	180,18	150	<b>Каша молочная кукурузная жидкая</b> Крупа Кукурузная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
2,464	1,644	22,764	115,712	40	<b>Ватрушка с повидлом</b> 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	<b>Ряженка</b> Ряженка

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Ужин 1 сад 3-7 (2л)</b>					
0,33	0,06	1,14	6,42	30	<b>Помидоры свежие</b> Помидоры
18,52 4	22,99	6,996	309,078	220	<b>Капуста, тушеная с мясом</b> 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	<b>Компот из плодов свежих (апельсин)</b> Апельсин, Сахар-песок
0,02	0,02	17,28	69,35	18	<b>Кондитерское изделие</b> Мармелад
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>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"

*(Подпись)*

*(Подпись)*