

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

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Завтрак 1 сад 3-7 (2л)</b>					
6,426	8,514	20,124	182,808	180	<b>Каша жидкая на молоке (гречневая)</b> Крупа Гречневая, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
3,8	3,4	19,48	123,66	200	<b>Кофейный напиток злаковый на молоке</b> Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко
4,64	5,9	0,00	71,66	20	<b>Сыр полутвердый</b> Сыр с м.д.ж 45%
4,25	2,25	1,75	44,25	50	<b>Творог для детского питания</b> Творожок порционный классический
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>					
0,884	5,259	4,973	70,72	65	<b>Салат из свеклы с солеными огурцами</b> Свекла свежая, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Лимонная кислота, Масло растительное
9,352	7,102	5,994	125,336	200	<b>Щи из свежей капусты с мясом</b> Капуста белокочанная свежая, Картофель очищенный, Морковь свежая, Томат-паста, Лук репчатый свежий, Масло сливочное, Соль, Сметана, Говядина отварная полуфабрикат
11,606	5,25	8,351	127,092	70	<b>Суфле из печени</b> Печень говяжья с/м, Молоко, Мука пшеничная, Яйцо куриное пищевое С1, Соль, Масло растительное
1,336	5,304	3,904	68,728	40	<b>Соус сметанный</b> Сметана, Масло сливочное, Мука пшеничная, Соль
3,345	6,315	21,615	156,645	150	<b>Пюре картофельное</b> Картофель очищенный, Молоко, Масло сливочное, Соль
0,28	0,06	13,9	57,2	200	<b>Компот из плодов сухих</b> Изюм, Чернослив, Сахар-песок, Лимонная кислота
1,6	0,6	10	51,8	20	<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>					
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
0,02	0,02	17,28	69,35	18	<b>Кондитерское изделие</b> Мармелад
0,00	0,00	0,00	0,00	180	<b>Йогурт питьевой фруктовый</b> Биоюгурт фруктовый питьевой персик

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Ужин 1 сад 3-7 (2л)</b>					
8,536	9,704	9,624	159,96	80	<b>Котлеты мясные рубленые, запеченные с соусом молочным</b> Говядина котлетная часть с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль, Молоко, Масло сливочное, Мука пшеничная, Масло растительное
2,595	7,725	16,425	145,605	150	<b>Рагу из овощей</b> Картофель очищенный, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Масло растительное, Масло растительное, Томат-паста, Морковь свежая, Мука пшеничная, Чеснок свежий, Соль
0,1	0,04	12,46	50,64	200	<b>Кисель из смородины</b> Смородина черная б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок
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"