



**МЕНЮ**  
за счёт бюджетных средств города Москвы  
**28 сентября 2021 г.**



Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Завтрак 1 с 3-7 дс</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		8,12	32,62	200	<b>Чай с лимоном</b> Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон
4,25	2,25	1,75	44,25	50	<b>Творог для детского питания</b> Творожок порционный классический
4,64	5,9		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 с 3-7 дс</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 с 3-7 дс</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 с 3-7 дс</b>					
5,835	5,475	28,695	187,41	150	<b>Каша пшенная молочная</b> Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль
2,742	1,734	14,643	85,164	30	<b>Булочка Любимая</b> Мука пшеничная, Молоко, Яйцо куриное пищевое С1, Сахар-песок, Дрожжи сухие, Соль, Масло сливочное, Масло растительное
5,4	5,76	7,2	102,24	180	<b>Кефир</b> Кефир 3,2%

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Ужин 1 с 3-7 дс</b>					
0,24	0,03	0,75	4,23	30	<b>Огурцы свежие</b> Огурцы свежие
14,828	18,48	22,088	313,984	220	<b>Голубцы ленивые</b> Говядина котлетная часть с/м, Капуста белокочанная свежая, Крупа Рисовая, Масло растительное, Томат-паста, Сметана, 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



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

Берки	Жирьы	Угтевуды	Капор.	Выход. г	200	Вода питьевая детская
Вода питьевая детская 3-7 лет (на весь день)						
Вода питьевая детская						