

## МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

16 июля 2024 г.



| Белки                      | Жиры   | Углеводы | Калор.  | Выход, г |  |
|----------------------------|--------|----------|---------|----------|--|
| <b>Завтрак I с 3-7 лет</b> |        |          |         |          |  |
| 16,70<br>4                 | 17,984 | 3,12     | 241,088 | 160      | <b>Омлет натуральный, запеченный</b><br>Яйцо куриное пищевое С1, Молоко, Соль, Масло сливочное |
| 3,8                        | 3,4    | 19,48    | 123,66  | 200      | <b>Кофейный напиток злаковый на молоке</b><br>Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко            |
| 1,46                       | 3,58   | 18,42    | 111,74  | 20       | <b>Кондитерское изделие</b><br>Печенье   |
| 10,5                       | 2      | 1,5      | 66      | 50       | <b>Творог для детского питания</b><br>Творожок детский 50                                      |
| 1,6                        | 0,6    | 10       | 51,8    | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке                        |

| Белки                       | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |   |
|-----------------------------|------|----------|--------|----------|---|
| <b>Завтрак II с 3-7 лет</b> |      |          |        |          |   |
| 0,4                         | 0,4  | 9,8      | 44,4   | 100      | <b>Фрукты, плоды в ассортименте (Яблоко)</b><br>Яблоки свежие |

| Белки               | Жиры   | Углеводы | Калор.  | Выход, г |  |
|---------------------|--------|----------|---------|----------|--|
| <b>Обед 3-7 лет</b> |        |          |         |          |  |
| 0,455               | 7,852  | 1,43     | 78,195  | 65       | <b>Салат из свежих огурцов с растительным маслом</b><br>Огурцы свежие, Масло растительное, Соль  |
| 3,76                | 4,04   | 8,06     | 83,58   | 200      | <b>Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне</b><br>Свекла свежая, Капуста белокочанная свежая, Картофель очищенный, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Томат-паста, Масло сливочное, Соль, Сметана, Лимонная кислота |
| 11,34<br>7          | 10,437 | 2,079    | 147,623 | 70       | <b>Гуляш из отварного мяса</b><br>Говядина лопаточная часть п/ф, 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><br>Картофель очищенный, Молоко, Масло сливочное, Соль   |
| 1                   | 0,2    | 20,2     | 86,6    | 200      | <b>Сок фруктовый</b><br>Сок яблочный   |
| 3,2                 | 1,2    | 20       | 103,6   | 40       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке  |
| 2,64                | 0,44   | 16,4     | 80,12   | 40       | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b><br>Хлеб ржано-пшеничный в нарезке  |

| Белки                  | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |   |
|------------------------|-------|----------|---------|----------|---|
| <b>Полдник 3-7 лет</b> |       |          |         |          |   |
| 4,77                   | 5,85  | 27,105   | 180,18  | 150      | <b>Каша молочная кукурузная жидкая</b><br>Крупа Кукурузная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное  |
| 2,464                  | 1,644 | 22,764   | 115,712 | 40       | <b>Ватрушка с повидлом</b><br>Мука пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Яйцо куриное пищевое С1, Дрожжи сухие, Масло растительное, Повидло (начинка термостойкая в ассортименте), Масло растительное |
| 5,4                    | 5,76  | 8,46     | 107,28  | 180      | <b>Молоко ультрапастеризованное</b><br>Молоко   |

| Белки               | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |   |
|---------------------|-------|----------|---------|----------|---|
| <b>Ужин 3-7 лет</b> |       |          |         |          |   |
| 0,33                | 0,06  | 1,14     | 6,42    | 30       | <b>Помидоры свежие</b><br>Помидоры  |
| 7,469               | 8,491 | 8,421    | 139,965 | 70       | <b>Котлеты мясные рубленые, запеченные с соусом молочным</b><br>Говядина котлетная часть с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль, Молоко, Масло сливочное, Мука пшеничная, Масло растительное |
| 3,211               | 3,679 | 35,516   | 188,006 | 130      | <b>Рис отварной</b><br>Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль   |
| 0,28                | 0,6   | 10,42    | 43,3    | 200      | <b>Компот из плодов свежих (апельсин)</b><br>Апельсин, Сахар-песок  |
| 0,02                | 0,02  | 17,28    | 69,35   | 18       | <b>Кондитерское изделие</b><br>Мармелад   |
| 1,6                 | 0,6   | 10       | 51,8    | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке   |

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

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