



## МЕНЮ

 За счет бюджета города Москвы  
 16 марта 2020 г.


| Белки                            | Жиры | Углеводы | Калор.  | Выход, г |   |
|----------------------------------|------|----------|---------|----------|---|
| <b>Завтрак 1 ясли 1,5-3 (1л)</b> |      |          |         |          |   |
| 4,67                             | 4,38 | 24,15    | 154,728 | 120      | <b>Каша пшеничная молочная</b><br>Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль                   |
| 0,03                             | 0,00 | 7,58     | 30,465  | 150      | <b>Чай с лимоном</b><br>Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон  |
| 2,32                             | 2,95 | 0,00     | 35,83   | 10       | <b>Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45%</b><br>Сыр с м.д.ж 45% |
| 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 2 ясли 1,5-3 (1л)</b> |       |          |        |          |  |
| 0,38                             | 0,285 | 9,785    | 43,225 | 95       | <b>Фрукты и ягоды свежие (Груша)</b><br>Груши свежие |

| Белки                       | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |   |
|-----------------------------|-------|----------|---------|----------|---|
| <b>Обед ясли 1,5-3 (1л)</b> |       |          |         |          |   |
| 1,011                       | 3,906 | 1,677    | 45,912  | 30       | <b>Салат из отварной моркови с сыром</b><br>Морковь очищенная, Сыр с м.д.ж 45%, Масло растительное, Соль  |
| 1,339                       | 2,093 | 8,983    | 60,034  | 130      | <b>Рассольник ленинградский</b><br>Картофель очищенный, Крупа Перловая, Морковь очищенная, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Масло растительное, Соль, Сметана |
| 7,477                       | 8,49  | 8,42     | 139,965 | 70       | <b>Котлеты мясные рубленные собственного производства, запеченные с соусом молочным</b><br>Говядина котлетная часть с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль, Молоко, Масло сливочное, Мука пшеничная, Масло растительное    |
| 2,11                        | 1,79  | 9,52     | 62,6    | 50       | <b>Каша гречневая рассыпчатая</b><br>Крупа Гречневая, Соль, Масло сливочное   |
| 0,075                       | 0,015 | 12,945   | 52,215  | 150      | <b>Напиток вишневый</b><br>Вишня б/з, Сахар-песок   |
| 1,6                         | 0,6   | 10       | 51,8    | 20       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке   |
| 1,32                        | 0,22  | 8,2      | 40,06   | 20       | <b>Хлеб ржано-пшеничной</b><br>Хлеб ржано-пшеничный в нарезке   |

| Белки                          | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |   |
|--------------------------------|------|----------|--------|----------|---|
| <b>Полдник ясли 1,5-3 (1л)</b> |      |          |        |          |   |
| 14,49                          | 8,26 | 37       | 280,32 | 100      | <b>Сырники по-киевски</b><br>Творог 9%, Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Соль, Ванилин, Повидло (джем) яблочное, Сухари панировочные, Масло сливочное |
| 4,34                           | 4,48 | 6,58     | 83,44  | 140      | <b>Молоко ультрапастеризованное</b><br>Молоко   |

| Белки                         | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |  |
|-------------------------------|-------|----------|---------|----------|--|
| <b>Ужин 1 ясли 1,5-3 (1л)</b> |       |          |         |          |  |
| 7,46                          | 5,17  | 2,09     | 84,705  | 50       | <b>Печень по-строгановски</b><br>Печень говяжья с/м, Томат-паста, Сметана, Соль, Масло сливочное, Мука пшеничная, Соль |
| 6,64                          | 5,231 | 42,3     | 242,856 | 180      | <b>Изделия макаронные отварные</b><br>Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное  |
| 0,09                          | 0,09  | 17,19    | 69,93   | 150      | <b>Компот из плодов свежих (яблоки)</b><br>Яблоки свежие, Сахар-песок, Лимонная кислота                                |
| 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) 1,5-3</b> |      |          |        |          |   |
| 0,00   | 0,00 | 0,00     | 0,00   | 100      | <b>Вода питьевая детская</b><br>Вода питьевая детская |



| Белки  | Жиры | Углеводы | Калор.  | Выход, г |   |
|--|------|----------|---------|----------|---|
| <b>Завтрак 1 сад 3-7 (1л)</b>  |      |          |         |          |   |
| <i>Каша пшенная молочная</i>   |      |          |         |          |   |
| 7,099  | 6,57 | 36,23    | 232,092 | 180      | Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль |
| <i>Чай с лимоном</i>   |      |          |         |          |   |
| 0,04   | 0,00 | 10,11    | 40,62   | 200      | Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон                  |
| <b>Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45%</b> |      |          |         |          |   |
| 2,32   | 2,95 | 0,00     | 35,83   | 10       | Сыр с м.д.ж 45%   |
| <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>  |      |          |         |          |   |
| 1,6  | 0,6  | 10       | 51,8    | 20       | Хлеб пшеничный в нарезке                                |

| Белки                                | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |              |
|--------------------------------------|------|----------|--------|----------|--------------|
| <b>Завтрак 2 сад 3-7 (1л)</b>        |      |          |        |          |              |
| <i>Фрукты и ягоды свежие (Груша)</i> |      |          |        |          |              |
| 0,4                                  | 0,3  | 10,3     | 45,5   | 100      | Груши свежие |

| Белки  | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |  |
|--|-------|----------|---------|----------|--|
| <b>Обед сад 3-7 (1л)</b>   |       |          |         |          |  |
| <i>Салат из отварной моркови с сыром</i>   |       |          |         |          |  |
| 2,022  | 7,812 | 3,354    | 91,824  | 60       | Морковь очищенная, Сыр с м.д.ж 45%, Масло растительное, Соль   |
| <i>Рассольник ленинградский</i>  |       |          |         |          |  |
| 2,06   | 3,22  | 13,82    | 92,36   | 200      | Картофель очищенный, Крупа Перловая, Морковь очищенная, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Масло растительное, Соль, Сметана |
| <b>Котлеты мясные рубленые собственного производства, запеченные с соусом молочным</b> |       |          |         |          |  |
| 7,477  | 8,49  | 8,42     | 139,965 | 70       | Говядина котлетная часть с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль, Молоко, Масло сливочное, Мука пшеничная, Масло растительное  |
| <b>Каша гречневая рассыпчатая</b>  |       |          |         |          |  |
| 5,06   | 4,29  | 22,85    | 150,24  | 120      | Крупа Гречневая, Соль, Масло сливочное   |
| <b>Напиток вишневый</b>  |       |          |         |          |  |
| 0,1  | 0,02  | 17,26    | 69,62   | 200      | Вишня б/з, Сахар-песок   |
| <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>  |       |          |         |          |  |
| 1,6  | 0,6   | 10       | 51,8    | 20       | Хлеб пшеничный в нарезке   |
| <b>Хлеб ржано-пшеничной</b>  |       |          |         |          |  |
| 1,32   | 0,22  | 8,2      | 40,06   | 20       | Хлеб ржано-пшеничный в нарезке   |

| Белки                               | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |  |
|-------------------------------------|------|----------|--------|----------|--|
| <b>Полдник сад 3-7 (1л)</b>         |      |          |        |          |  |
| <i>Сырники по-киевски</i>           |      |          |        |          |  |
| 14,49                               | 8,26 | 37       | 280,32 | 100      | Творог 9%, Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Соль, Ванилин, Повидло (джем) яблочное, Сухари панировочные, Масло сливочное |
| <b>Молоко ультрапастеризованное</b> |      |          |        |          |  |
| 4,8                                 | 5,12 | 7,52     | 95,36  | 160      | Молоко   |

| Белки                                       | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |   |
|---|-------|----------|---------|----------|---|
| <b>Ужин 1 сад 3-7 (1л)</b>                  |       |          |         |          |   |
| <i>Печень по-строгановски</i>               |       |          |         |          |   |
| 7,46  | 5,17  | 2,09     | 84,705  | 50       | Печень говяжья с/м, Томат-паста, Сметана, Соль, Масло сливочное, Мука пшеничная, Соль |
| <b>Изделия макаронные отварные</b>          |       |          |         |          |   |
| 6,64  | 5,231 | 42,3     | 242,856 | 180      | Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное   |
| <b>Компот из плодов свежих (яблоки)</b>     |       |          |         |          |   |
| 0,12  | 0,12  | 22,92    | 93,24   | 200      | Яблоки свежие, Сахар-песок, Лимонная кислота  |
| <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b> |       |          |         |          |   |
| 1,6   | 0,6   | 10       | 51,8    | 20       | Хлеб пшеничный в нарезке  |

| Белки  | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |                       |
|--|------|----------|--------|----------|-----------------------|
| <b>Вода питьевая детская ( на весь день) 3-7</b> |      |          |        |          |                       |
| <i>Вода питьевая детская</i>                     |      |          |        |          |                       |
| 0,00   | 0,00 | 0,00     | 0,00   | 200      | Вода питьевая детская |

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

Главный технолог \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_