

*С.Е. Гуренко*

## МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы  
5 августа 2020 г.

| Белки                            | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |   |
|----------------------------------|------|----------|--------|----------|---|
| <b>Завтрак 1 ясли 1,5-3 (1л)</b> |      |          |        |          |   |
| 3,67                             | 5,57 | 17,19    | 133,61 | 120      | <b>Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)</b><br>Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное |
| 0,00                             | 0,00 | 7,49     | 29,97  | 150      | <b>Чай с сахаром</b><br>Чай черный весовой, Сахар-песок   |
| 2,32                             | 2,95 | 0,00     | 35,83  | 10       | <b>Сыр полутвердый</b><br>Сыр с м.д.ж 45%   |
| 0,08                             | 8,25 | 0,08     | 74,89  | 10       | <b>Масло коровье сладкосливочное несоленое</b><br>Масло сливочное   |
| 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> |      |          |        |          |   |
| 0,75                             | 0,25 | 10,5     | 47,25  | 50       | <b>Фрукты и ягоды свежие (Банан)</b><br>Банан |

| Белки                       | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г |   |
|-----------------------------|-------|----------|--------|----------|---|
| <b>Обед ясли 1,5-3 (1л)</b> |       |          |        |          |   |
| 0,48                        | 3,06  | 2,73     | 40,34  | 30       | <b>Винегрет</b><br>Картофель свежий, Свекла свежая очищенная п/ф, Лимонная кислота, Морковь свежая очищенная п/ф, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Горошек зеленый консервированный, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Лимонная кислота |
| 3                           | 2,38  | 8,09     | 65,77  | 130      | <b>Суп с изделиями макаронными (фигурными) группы А на бульоне из птицы</b><br>Макаронные изделия (Вермишель яичная), Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло сливочное, Соль  |
| 12,67                       | 11,66 | 17,17    | 224,34 | 150      | <b>Рагу из мяса птицы</b><br>Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Соль, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Томат-паста, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Мука пшеничная, Масло растительное   |
| 0,04                        | 0,02  | 18,07    | 72,58  | 750      | <b>Кисель из клюквы быстрозамороженной</b><br>Клюква б/з, Крахмал картофельный, 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> |      |          |        |          |  |
| 3,62                           | 3,77 | 21,24    | 133,38 | 80       | <b>Пудинг манный</b><br>Крупа Манная, Молоко, Соль, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Сухари панировочные, Сметана |
| 0,03                           | 0,00 | 3,28     | 13,24  | 5        | <b>Соус абрикосовый</b><br>Курага, Сахар-песок   |
| 4,64                           | 5,12 | 6,4      | 90,24  | 160      | <b>Кефир</b><br>Кефир  |

| Белки                         | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |   |
|-------------------------------|------|----------|--------|----------|---|
| <b>Ужин 1 ясли 1,5-3 (1л)</b> |      |          |        |          |   |
| 6,64                          | 1,06 | 5,6      | 58,51  | 50       | <b>Тефтели рыбные</b><br>Рыба филе Минтая б/к с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль, Масло сливочное |
| 3,77                          | 3,72 | 30,54    | 170,73 | 180      | <b>Картофель отварной</b><br>Картофель свежий, Масло сливочное, Соль  |
| 0,09                          | 0,02 | 17       | 68,5   | 150      | <b>Напиток из цитрусовых</b><br>Лимон, Мандарин, Сахар-песок  |
| 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> |      |          |        |          |   |
| 5,5                           | 8,36 | 25,78    | 200,42 | 180      | <b>Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)</b><br>Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное |
| 0,00                          | 0,00 | 9,99     | 39,96  | 200      | <b>Чай с сахаром</b><br>Чай черный весовой, Сахар-песок   |
| 2,32                          | 2,95 | 0,00     | 35,83  | 10       | <b>Сыр полутвердый</b><br>Сыр с м.д.ж 45%   |
| 0,08                          | 8,25 | 0,08     | 74,89  | 10       | <b>Масло коровье сладкосливочное несоленое</b><br>Масло сливочное   |
| 3,2                           | 1,2  | 20       | 103,6  | 40       | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b><br>Хлеб пшеничный в нарезке   |

| Белки                         | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |   |
|-------------------------------|------|----------|--------|----------|---|
| <b>Завтрак 2 сад 3-7 (1л)</b> |      |          |        |          |   |
| 1,2                           | 0,4  | 16,8     | 75,6   | 80       | <b>Фрукты и ягоды свежие (Банан)</b><br>Банан |

| Белки                    | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |  |
|--------------------------|------|----------|--------|----------|--|
| <b>Обед сад 3-7 (1л)</b> |      |          |        |          |  |
|                          |      |          |        |          | <b>Винегрет</b>  |
| 0,96                     | 6,11 | 5,46     | 80,67  | 60       | Картофель свежий , Свекла свежая очищенная п/ф, Лимонная кислота, Морковь свежая очищенная п/ф, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки) , Горошек зеленый консервированный, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Лимонная кислота |
| 4,62                     | 3,66 | 12,44    | 101,18 | 200      | <b>Суп с изделиями макаронными (фигурными) группы А на бульоне из птицы</b>  |
|                          |      |          |        |          | Макаронные изделия (Вермишель яичная), Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло сливочное, Соль  |
| 15,21                    | 14   | 20,61    | 269,2  | 180      | <b>Рагу из мяса птицы</b>  |
|                          |      |          |        |          | Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Соль, Картофель свежий , Морковь свежая очищенная п/ф, Томат-паста, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Мука пшеничная, Масло растительное  |
| 0,06                     | 0,02 | 24,09    | 96,78  | 200      | <b>Кисель из клюквы быстрозамороженной</b>   |
|                          |      |          |        |          | Клюква б/з, Крахмал картофельный, 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-пшеничной</b>  |
|                          |      |          |        |          | Хлеб ржано-пшеничный в нарезке   |

| Белки                       | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |  |
|-----------------------------|------|----------|--------|----------|--|
| <b>Полдник сад 3-7 (1л)</b> |      |          |        |          |  |
|                             |      |          |        |          | <b>Пудинг манный</b>   |
| 4,52                        | 4,72 | 26,55    | 166,72 | 100      | Крупа Манная, Молоко, Соль, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Сухари панировочные, Сметана |
| 0,03                        | 0,00 | 3,28     | 13,24  | 5        | <b>Соус абрикосовый</b>  |
|                             |      |          |        |          | Курага, Сахар-песок  |
| 4,48                        | 4,8  | 16,64    | 127,68 | 160      | <b>Биоогурт фруктовый питьевой</b>   |
|                             |      |          |        |          | Биоогурт фруктовый питьевой  |

| Белки                      | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |  |
|----------------------------|------|----------|--------|----------|--|
| <b>Ужин 1 сад 3-7 (1л)</b> |      |          |        |          |  |
|                            |      |          |        |          | <b>Тефтели рыбные</b>  |
| 6,64                       | 1,06 | 5,6      | 58,51  | 50       | Рыба филе Минтая б/к с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль, Масло сливочное |
| 3,77                       | 3,72 | 30,54    | 170,73 | 180      | <b>Картофель отварной</b>  |
|                            |      |          |        |          | Картофель свежий , Масло сливочное, Соль   |
| 0,12                       | 0,02 | 22,67    | 91,33  | 200      | <b>Напиток из цитрусовых</b>   |
|                            |      |          |        |          | Лимон, Мандарин, Сахар-песок   |
| 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> |      |          |        |          |                              |
|  |      |          |        |          | <b>Вода питьевая детская</b> |
| 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

