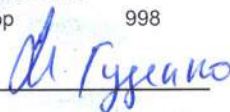


СОГЛАСОВАНО

Директор 998

Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор

ЗАО "КОМБИНАТ ДОШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ"

Лазебных В.А.

## МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

17 августа 2020 г.



| Белки                            | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |   |
|----------------------------------|-------|----------|---------|----------|---|
| <b>Завтрак 1 ясли 1,5-3 (1л)</b> |       |          |         |          |   |
| 8,352                            | 8,992 | 1,56     | 120,544 | 80       | <b>Омлет натуральный, запеченный</b><br>Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное |
| 2,84                             | 2,55  | 14,61    | 92,75   | 150      | <b>Кофейный напиток злаковый на молоке</b><br>Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко     |
| 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> |      |          |        |          |   |
| 0,38                             | 0,38 | 9,31     | 42,18  | 95       | <b>Плоды и ягоды свежие (Яблоко)</b><br>Яблоки свежие |

| Белки                       | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |   |
|-----------------------------|-------|----------|---------|----------|---|
| <b>Обед ясли 1,5-3 (1л)</b> |       |          |         |          |   |
| 0,37                        | 2,13  | 1,95     | 28,38   | 30       | <b>Салат из моркови с растительным маслом</b><br>Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное   |
| 1,04                        | 1,97  | 4,381    | 39,455  | 130      | <b>Щи из свежей капусты</b><br>Капуста бешоочная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Томат-паста, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Сметана  |
| 11,66                       | 11,25 | 3,07     | 160,118 | 70       | <b>Азу из мяса отварного</b><br>Говядина тазобедренная часть п/ф, Масло растительное, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Мука пшеничная, Томат-паста, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Соль, Чеснок свежий очищенный п/ф |
| 2,11                        | 1,785 | 9,52     | 62,6    | 50       | <b>Каша гречневая рассыпчатая</b><br>Крупа Гречневая, Соль, Масло сливочное   |
| 0,21                        | 0,05  | 20,91    | 84,86   | 150      | <b>Компот из плодов сухих</b><br>Изюм, Чернослив, 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   |
| 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> |      |          |        |          |  |
| 2,87                           | 4,1  | 17,3     | 117,62 | 100      | <b>Каша рисовая молочная жидкая</b><br>Крупа Рисовая, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное |
| 1,46                           | 3,58 | 18,42    | 111,74 | 20       | <b>Печенье</b>   |
| 3,92                           | 3,78 | 14,28    | 106,82 | 140      | <b>Йогурт питьевой фруктовый</b><br>Йогурт питьевой персик                                       |

| Белки                         | Жиры | Углеводы | Калор.  | Выход, г |  |
|-------------------------------|------|----------|---------|----------|--|
| <b>Ужин 1 ясли 1,5-3 (1л)</b> |      |          |         |          |  |
| 6,13                          | 5,64 | 5,82     | 98,54   | 50       | <b>Котлеты рубленые из птицы (цыплята) собственного производства, запеченные с соусом молочным</b><br>Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль, Молоко, Масло сливочное, Мука пшеничная, Сыр с м.д.ж 45%, Соль |
| 4,05                          | 6,21 | 33,066   | 204,354 | 180      | <b>Картофель отварной, запеченный с маслом растительным</b><br>Картофель свежий, Масло растительное, Соль  |
| 0,06                          | 0,06 | 24,015   | 96,9    | 150      | <b>Напиток яблочный</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> |       |          |        |          |   |
| 10,44                         | 11,24 | 1,95     | 150,68 | 100      | <b>Омлет натуральный, запеченный</b><br>Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное |
| 3,79                          | 3,4   | 19,47    | 123,66 | 200      | <b>Кофейный напиток злаковый на молоке</b><br>Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко     |
| 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> |      |          |        |          |   |
| 0,4                           | 0,4  | 9,8      | 44,4   | 100      | <b>Плоды и ягоды свежие (Яблоко)</b><br>Яблоки свежие |

| Белки                    | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |   |
|--------------------------|-------|----------|---------|----------|---|
| <b>Обед сад 3-7 (1л)</b> |       |          |         |          |   |
| 0,73                     | 4,25  | 3,89     | 56,77   | 60       | <b>Салат из моркови с растительным маслом</b><br>Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное   |
| 1,6                      | 3,04  | 6,74     | 60,7    | 200      | <b>Щи из свежей капусты</b><br>Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Томат-паста, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Сметана                                     |
| 11,66                    | 11,25 | 3,07     | 160,118 | 70       | <b>Азу из мяса отварного</b><br>Говядина тазобедренная часть п/ф, Масло растительное, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Мука пшеничная, Томат-паста, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Соль, Чеснок свежий очищенный п/ф |
| 5,06                     | 4,29  | 22,85    | 150,24  | 120      | <b>Каша гречневая рассыпчатая</b><br>Крупа Гречневая, Соль, Масло сливочное   |
| 0,28                     | 0,06  | 27,88    | 113,15  | 200      | <b>Компот из плодов сухих</b><br>Изюм, Чернослив, 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   |
| 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 сад 3-7 (1л)</b> |      |          |         |          |  |
| 3,444                       | 4,92 | 20,76    | 141,144 | 120      | <b>Каша рисовая молочная жидкая</b><br>Крупа Рисовая, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное |
| 1,46                        | 3,58 | 18,42    | 111,74  | 20       | <b>Печенье</b>   |
| 4,64                        | 5,12 | 6,4      | 90,24   | 160      | <b>Кефир</b><br>Кефир 3,2%   |

| Белки                      | Жиры | Углеводы | Калор.  | Выход, г |  |
|----------------------------|------|----------|---------|----------|--|
| <b>Ужин 1 сад 3-7 (1л)</b> |      |          |         |          |  |
| 6,13                       | 5,64 | 5,82     | 98,54   | 50       | <b>Котлеты рубленые из птицы (цыплята) собственного производства, запеченные с соусом молочным</b><br>Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль, Молоко, Масло сливочное, Мука пшеничная, Сыр с м.д.ж 45%, Соль |
| 4,05                       | 6,21 | 33,066   | 204,354 | 180      | <b>Картофель отварной, запеченный с маслом растительным</b><br>Картофель свежий, Масло растительное, Соль  |
| 0,06                       | 0,06 | 21,35    | 86,14   | 200      | <b>Напиток яблочный</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) 3-7</b> |      |          |        |          |   |
| 0,00   | 0,00 | 0,00     | 0,00   | 200      | <b>Вода питьевая детская</b><br>Вода питьевая детская |

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