

**МЕНЮ**  
За счет бюджета города Москвы  
26 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> <small>Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное</small>
0,00	0,00	7,49	29,97	150	<b>Чай с сахаром</b> <small>Чай черный весовой, Сахар-песок</small>
21	4	3	132	100	<b>Творог порционный банан-яблоко</b>
1,6	0,6	10	51,8	20	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b> <small>Хлеб пшеничный в нарезке</small>

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> <small>Банан</small>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					<b>Обед ясли 1,5-3 (1л)</b>
0,49	3,03	2,89	40,75	30	<b>Салат из капусты с растительным маслом</b> <small>Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Лимонная кислота, Сахар-песок, Масло растительное, Соль</small>
3,49	2,68	8,99	74,05	120	<b>Суп картофельный с бобовыми (горох)</b> <small>Картофель свежий, Горох колотый, Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль</small>
1,14	0,43	7,15	37,04	10	<b>Сухарики из хлеба пшеничного</b> <small>Хлеб пшеничный в нарезке</small>
10,61 2	2,793	10,661	110,278	70	<b>Котлеты рубленые из фарша рыбного</b> <small>Рыба филе Минтая б/к с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо диетическое, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное</small>
1,845	1,455	11,75	67,46	50	<b>Изделия макаронные отварные</b> <small>Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное</small>
0,07	0,02	12,94	52,22	150	<b>Напиток вишневый</b> <small>Вишня б/з, Сахар-песок</small>
1,6	0,6	10	51,8	20	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b> <small>Хлеб пшеничный в нарезке</small>
1,32	0,22	8,2	40,06	20	<b>Хлеб ржано-пшеничной</b> <small>Хлеб ржано-пшеничный в нарезке</small>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					<b>Полдник ясли 1,5-3 (1л)</b>
7,39	6,98	43,45	266,18	100	<b>Оладьи</b> <small>Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное</small>
0,00	0,00	3,3	13,2	5	<b>Повидло</b> <small>Повидло (джем) яблочное</small>
5,46	3,5	5,88	76,86	140	<b>Ряженка</b> <small>Ряженка 200гр шт</small>

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 (цыпленка) собственного производства, запеченные с соусом молочным</b> <small>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</small>
7,6	6,43	34,27	225,36	180	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> <small>Крупа Гречневая, Соль, Масло сливочное</small>
0,39	0,02	14,39	59,35	150	<b>Кисель абрикосовый</b> <small>Курага, Крахмал картофельный, Сахар-песок</small>
1,6	0,6	10	51,8	20	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b> <small>Хлеб пшеничный в нарезке</small>

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> <small>Вода питьевая детская</small>

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> <small>Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное</small>
0,00	0,00	9,99	39,96	200	<b>Чай с сахаром</b> <small>Чай черный весовой, Сахар-песок</small>
21	4	3	132	100	<b>Творог порционный банан-яблоко</b>
1,6	0,6	10	51,8	20	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b> <small>Хлеб пшеничный в нарезке</small>

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> <small>Банан</small>

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					<b>Обед сад 3-7 (1л)</b>
0,98	6,05	5,78	81,5	60	<b>Салат из капусты с растительным маслом</b> Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Лимонная кислота, Сахар-песок, Масло растительное, Соль
5,53	4,24	14,23	117,24	190	<b>Суп картофельный с бобовыми (горох)</b> Картофель свежий, Горох колотый, Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль
1,14	0,43	7,15	37,04	10	<b>Сухарики из хлеба пшеничного</b> Хлеб пшеничный в нарезке
10,61 2	2,793	10,661	110,278	70	<b>Котлеты рубленые из фарша рыбного</b> Рыба филе Минтая б/к с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо диетическое, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное
4,42	3,49	28,2	161,904	120	<b>Изделия макаронные отварные</b> Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное
0,1	0,02	17,26	69,62	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-пшеничной</b> Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					<b>Полдник сад 3-7 (1л)</b>
7,39	6,98	43,45	266,18	100	<b>Оладьи</b> Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное
0,00	0,00	3,3	13,2	5	<b>Повидло</b> Повидло (жем) яблочное
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>
6,13	5,64	5,82	98,54	50	<b>Котлеты рубленые из птицы (цыплята) собственного производства, запеченные с соусом молочным</b> 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
7,6	6,43	34,27	225,36	180	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> Крупа Гречневая, Соль, Масло сливочное
0,53	0,03	19,19	79,13	200	<b>Кисель абрикосовый</b> Курага, Крахмал картофельный, 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>
0,00	0,00	0,00	0,00	200	<b>Вода питьевая детская</b> Вода питьевая детская

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

