

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

7 сентября 2020 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1 ясли 1,5-3 (1л)					
<i>Каша пшеничная молочная</i>					
4,668	4,38	24,156	154,728	120	Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль
<i>Чай с сахаром</i>					
0,00	0,00	7,49	29,97	150	Чай черный весовой, Сахар-песок
<i>Сыр полутвердый</i>					
2,32	2,95	0,00	35,83	10	Сыр с м.д.ж 45%
<i>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</i>					
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 2 ясли 1,5-3 (1л)					
<i>Фрукты и ягоды свежие (Яблоко)</i>					
0,2	0,2	4,9	22,2	50	Яблоки свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед ясли 1,5-3 (1л)					
<i>Салат из моркови с растительным маслом</i>					
0,37	2,13	1,95	28,38	30	Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное
<i>Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на мясном бульоне</i>					
2,028	2,847	8,073	66,04	130	Картофель очищенный, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Морковь очищенная, Масло растительное, Соль, Фасоль сухая
<i>Гуляш из отварного мяса</i>					
11,35	10,44	2,08	147,623	70	Говядина тазобедренная часть п/ф, Соль, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Морковь очищенная, Томат-паста, Масло сливочное, Мука пшеничная
<i>Изделия макаронные отварные</i>					
1,845	1,455	11,75	67,46	50	Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное
<i>Напиток вишневый</i>					
0,07	0,02	12,94	52,22	150	Вишня б/з, Сахар-песок
<i>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</i>					
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб пшеничный в нарезке
<i>Хлеб ржано-пшеничной</i>					
1,32	0,22	8,2	40,06	20	Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Вода питьевая детская (на весь день) 1,5-3					
<i>Вода питьевая детская</i>					
0,00	0,00	0,00	0,00	100	Вода питьевая детская

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1 сад 3-7 (1л)					
<i>Каша пшеничная молочная</i>					
7,002	6,57	36,234	232,092	180	Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль
<i>Чай с сахаром</i>					
0,00	0,00	9,99	39,96	200	Чай черный весовой, Сахар-песок
<i>Сыр полутвердый</i>					
2,32	2,95	0,00	35,83	10	Сыр с м.д.ж 45%
<i>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</i>					
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 2 сад 3-7 (1л)					
<i>Фрукты и ягоды свежие (Яблоко)</i>					
0,32	0,32	7,84	35,52	80	Яблоки свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед сад 3-7 (1л)					
<i>Салат из моркови с растительным маслом</i>					
0,73	4,25	3,89	56,77	60	Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное
<i>Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на мясном бульоне</i>					
3,12	4,38	12,42	101,6	200	Картофель очищенный, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Морковь очищенная, Масло растительное, Соль, Фасоль сухая
<i>Гуляш из отварного мяса</i>					
11,35	10,44	2,08	147,623	70	Говядина тазобедренная часть п/ф, Соль, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Морковь очищенная, Томат-паста, Масло сливочное, Мука пшеничная
<i>Изделия макаронные отварные</i>					
4,42	3,49	28,2	161,904	120	Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное
<i>Напиток вишневый</i>					
0,1	0,02	17,26	69,62	200	Вишня б/з, Сахар-песок
<i>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</i>					
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб пшеничный в нарезке
<i>Хлеб ржано-пшеничной</i>					
1,32	0,22	8,2	40,06	20	Хлеб ржано-пшеничный в нарезке



Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Полдник сад 3-7 (1л)					
7,39	6,98	43,45	266,18	100	Оладьи Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное
0,00	0,00	3,3	13,2	5	Повидло Повидло (джем) яблочное
4,64	5,12	6,4	90,24	160	Кефир Кефир 3,2%

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Ужин 1 сад 3-7 (1л)					
8,32	7,675	6,72	129,23	50	Биточки рубленые куриные Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Соль, Масло растительное
0,43	1,24	1,45	18,68	20	Соус молочный Молоко, Масло сливочное, Мука пшеничная, Соль
4,104	5,274	33,102	196,236	180	Картофель отварной, запеченый со сливочным маслом Картофель очищенный, Масло сливочное, Соль
0,13	0,01	22,4	90,22	200	Компот из плодов свежих (лимон) Лимон, Сахар-песок
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Вода питьевая детская (на весь день) 3-7					
0,00	0,00	0,00	0,00	200	Вода питьевая детская Вода питьевая детская

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

Главный технолог



Зав. производством

