

СОГЛАСОВАНО

Директор

998

Ф.И.О.

*Васильева Наталья К.Б.*

УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор

ЗАО "КОМБИНАТ ДОШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ"

Лазебных В.А.

## МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

25 сентября 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                   |
| 2,93                             | 2,88  | 13,25    | 90,63   | 150      | <b>Кофейный напиток из цикория с молоком</b><br>Молоко, Напиток кофейный цикорий растворимый, Сахар-песок |
| 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                             | 0,285 | 9,785    | 43,225 | 95       | <b>Плоды и ягоды свежие (Груша)</b><br>Груши свежие |

| Белки                       | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г |   |
|-----------------------------|-------|----------|--------|----------|---|
| <b>Обед ясли 1,5-3 (1л)</b> |       |          |        |          |   |
| 0,86                        | 2,21  | 3,04     | 35,535 | 30       | <b>Салат Мозаика</b><br>Картофель свежий, Горошек зеленый консервированный, Морковь свежая очищенная п/ф, Яйцо диетическое, Соль, Масло растительное  |
| 2,58                        | 1,55  | 4,33     | 41,63  | 130      | <b>Щи из капусты свежей на бульоне мясном с мелкошинкованными овощами</b><br>Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Томат-паста, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Сметана |
| 11,63                       | 11,05 | 5,98     | 169,88 | 70       | <b>Суфле из отварного мяса (говядина)</b><br>Говядина тазобедренная часть п/ф, Соль, Молоко, Мука пшеничная, Соль, Яйцо диетическое, Масло растительное   |
| 1,238                       | 1,413 | 13,663   | 72,31  | 50       | <b>Рис отварной</b><br>Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль   |
| 0,21                        | 0,05  | 16,41    | 66,88  | 150      | <b>Напиток из плодов сухих (изюм)</b><br>Сахар-песок, Лимонная кислота, Изюм  |
| 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> |      |          |        |          |  |
| 8,5                            | 4,5  | 3,5      | 88,5   | 100      | <b>Творог порционный</b>   |
| 2,74                           | 1,74 | 15,24    | 87,564 | 30       | <b>Булочка Любимая</b><br>Мука пшеничная, Молоко, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Дрожжи сухие, Соль, Масло сливочное, Масло растительное |
| 3,92                           | 3,78 | 14,28    | 106,82 | 140      | <b>Йогурт питьевой фруктовый</b><br>Йогурт питьевой фруктовый  |

| 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                   |
| 3,9                           | 3,84  | 17,66    | 120,84 | 200      | <b>Кофейный напиток из цикория с молоком</b><br>Молоко, Напиток кофейный цикорий растворимый, Сахар-песок |
| 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                                   |
| 1,46                          | 3,58  | 18,42    | 111,74 | 20       | <b>Печенье</b>  |

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

| Белки                    | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |  |
|--------------------------|-------|----------|---------|----------|--|
| <b>Обед сад 3-7 (1л)</b> |       |          |         |          |  |
|                          |       |          |         |          | <b>Салат Мозаика</b>   |
| 1,72                     | 4,42  | 6,09     | 71,07   | 60       | Картофель свежий, Горошек зеленый консервированный, Морковь свежая очищенная п/ф, Яйцо диетическое, Соль, Масло растительное   |
|                          |       |          |         |          | <b>Щи из капусты свежей на бульоне мясном с мелкошинкованными овощами</b>  |
| 3,98                     | 2,39  | 6,66     | 64,05   | 200      | Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Томат-паста, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Сметана |
|                          |       |          |         |          | <b>Суфле из отварного мяса (говядина)</b>  |
| 11,63                    | 11,05 | 5,98     | 169,88  | 70       | Говядина тазобедренная часть п/ф, Соль, Молоко, Мука пшеничная, Соль, Яйцо диетическое, Масло растительное   |
|                          |       |          |         |          | <b>Рис отварной</b>  |
| 2,97                     | 3,39  | 32,79    | 173,544 | 120      | Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль   |
|                          |       |          |         |          | <b>Напиток из плодов сухих (изюм)</b>  |
| 0,28                     | 0,06  | 21,88    | 89,17   | 200      | Сахар-песок, Лимонная кислота, Изюм  |
|                          |       |          |         |          | <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> |      |          |        |          |  |
|                             |      |          |        |          | <b>Творог порционный</b>   |
| 8,5                         | 4,5  | 3,5      | 88,5   | 100      |  |
|                             |      |          |        |          | <b>Булочка Любимая</b>   |
| 2,74                        | 1,74 | 15,24    | 87,564 | 30       | Мука пшеничная, Молоко, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Дрожжи сухие, Соль, Масло сливочное, Масло растительное |
|                             |      |          |        |          | <b>Ряженка</b>   |
| 6,24                        | 4    | 6,72     | 87,84  | 160      | Ряженка  |

| 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 |
|                            |      |          |        |          | <b>Пюре картофельное</b>   |
| 3,99                       | 4,6  | 25,9     | 161,01 | 180      | Картофель очищенный, Молоко, Масло сливочное, Соль   |
|                            |      |          |        |          | <b>Компот из плодов свежих</b>   |
| 0,06                       | 0,06 | 21,35    | 86,14  | 200      | Яблоки свежие, Апельсин, 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> |      |          |        |          |                              |
|  |      |          |        |          | <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

