

СОГЛАСОВАНО

Директор  
Ф.И.О. 998

УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор  
ЗАО "КОМБИНАТ ДОШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ"  
Лазебных В.А.

## МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы  
29 октября 2020 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					<b>Завтрак 1 ясли 1,5-3 (1л)</b>
					<b>Омлет натуральный, запеченный</b>
8,352	8,992	1,56	120,544	80	Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное
					<b>Какао на молоке</b>
2,75	2,61	10,97	78,39	150	Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко
					<b>Масло коровье сладкосливочное несоленое</b>
0,08	8,25	0,08	74,89	10	Масло сливочное
					<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>Завтрак 2 ясли 1,5-3 (1л)</b>
					<b>Плоды и ягоды свежие (Яблоко)</b>
0,38	0,38	9,31	42,18	95	Яблоки свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					<b>Обед ясли 1,5-3 (1л)</b>
					<b>Салат витаминный с маслом растительным</b>
0,43	3,02	2,86	40,4	30	Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Сахар-песок, Лимонная кислота, Соль, Масло растительное
					<b>Суп картофельный с бобовыми (горох)</b>
3,49	2,68	8,99	74,05	120	Картофель очищенный, Горох колотый, Морковь очищенная, Масло растительное, Соль
					<b>Сухарики из хлеба пшеничного</b>
1,14	0,43	7,15	37,04	10	Хлеб пшеничный в нарезке
					<b>Котлеты рубленые из фарша рыбного</b>
10,61 2	2,793	10,661	110,278	70	Рыба филе Минтая б/к с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо диетическое, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное
					<b>Рис отварной</b>
1,238	1,413	13,663	72,31	50	Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль
					<b>Напиток из плодов сухих (изюм)</b>
0,21	0,05	16,41	66,88	150	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 ясли 1,5-3 (1л)</b>
					<b>Каша рассыпчатая пшеничная с фруктами</b>
3,74	2,35	27,28	145,21	100	Крупа Пшено, Изюм, Яблоки свежие, Чернослив, Сахар-песок, Масло сливочное, Соль
					<b>Печенье</b>
1,46	3,58	18,42	111,74	20	
					<b>Йогурт питьевой фруктовый</b>
3,92	3,78	14,28	106,82	140	Йогурт питьевой фруктовый

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					<b>Ужин 1 ясли 1,5-3 (1л)</b>
					<b>Огурцы консервированные без уксуса</b>
0,24	0,03	0,51	3,27	30	Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки)
					<b>Макаронны, запеченные с сыром</b>
10,91	8,33	48,96	314,48	200	Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль, Сыр с м.д.ж 45%
					<b>Компот из плодов свежих</b>
0,04	0,04	16,01	64,6	150	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) 1,5-3</b>
					<b>Вода питьевая детская</b>
0,00	0,00	0,00	0,00	100	Вода питьевая детская

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					<b>Завтрак 1 сад 3-7 (1л)</b>
					<b>Омлет натуральный, запеченный</b>
10,44	11,24	1,95	150,68	100	Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное
					<b>Какао на молоке</b>
3,67	3,48	14,63	104,52	200	Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко
					<b>Масло коровье сладкосливочное несоленое</b>
0,08	8,25	0,08	74,89	10	Масло сливочное
					<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>Завтрак 2 сад 3-7 (1л)</b>					
0,4	0,4	9,8	44,4	100	<b>Плоды и ягоды свежие (Яблоко)</b> Яблоки свежие
<b>Обед сад 3-7 (1л)</b>					
0,86	6,05	5,73	80,79	60	<b>Салат витаминный с маслом растительным</b> Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Сахар-песок, Лимонная кислота, Соль, Масло растительное
5,53	4,24	14,23	117,24	190	<b>Суп картофельный с бобовыми (горох)</b> Картофель очищенный, Горох колотый, Морковь очищенная, 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
2,97	3,39	32,79	173,544	120	<b>Рис отварной</b> Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль
0,28	0,06	21,88	89,17	200	<b>Напиток из плодов сухих (изюм)</b> Сахар-песок, Лимонная кислота, Изюм
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
<b>Полдник сад 3-7 (1л)</b>					
4,488	2,82	32,736	174,252	120	<b>Каша рассыпчатая пшеничная с фруктами</b> Крупа Пшени, Изюм, Яблоки свежие, Чернослив, Сахар-песок, Масло сливочное, Соль
1,46	3,58	18,42	111,74	20	<b>Печенье</b>
4,64	5,12	6,4	90,24	160	<b>Кефир</b> Кефир 3,2%
<b>Ужин 1 сад 3-7 (1л)</b>					
0,24	0,03	0,51	3,27	30	<b>Огурцы консервированные без уксуса</b> Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки)
10,91	8,33	48,96	314,48	200	<b>Макаронные изделия, запеченные с сыром</b> Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль, Сыр с м.ж 45%
0,06	0,06	21,35	86,14	200	<b>Компот из плодов свежих</b> Яблоки свежие, Апельсин, Сахар-песок, Лимонная кислота
1,6	0,6	10	51,8	20	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b> Хлеб пшеничный в нарезке
<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"**

Главный технолог \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_


