

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы
2 ноября 2020 г.

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

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

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

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Полдник ясли 1,5-3 (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 (жем) яблочное
3,92	3,78	14,28	106,82	140	Йогурт питьевой ягодный Йогурт питьевой ягодный

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Ужин 1 ясли 1,5-3 (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
0,21	0,62	0,72	9,34	10	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
0,09	0,01	16,8	67,67	150	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) 1,5-3					
0,00	0,00	0,00	0,00	100	Вода питьевая детская Вода питьевая детская

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

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

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

