

СОГЛАСОВАНО

Директор  
Ф.И.О.

998

*Сурин В. А.*

УТВЕРЖДЕНО

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

## МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы  
3 ноября 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> Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное
2,93	2,88	13,25	90,63	150	<b>Кофейный напиток из цикория с молоком</b> Молоко, Напиток кофейный цикорий растворимый, Сахар-песок
0,08	8,25	0,08	74,89	10	<b>Масло коровье сладкосливочное несоленое</b> Масло сливочное
1,6	0,6	10	51,8	20	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b> 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 ясли 1,5-3 (1л)</b>					
0,38	0,285	9,785	43,225	95	<b>Плоды и ягоды свежие (Груша)</b> Груши свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Обед ясли 1,5-3 (1л)</b>					
0,48	3,06	2,73	40,34	30	<b>Винегрет</b> Картофель свежий, Свекла свежая очищенная п/ф, Лимонная кислота, Морковь свежая очищенная п/ф, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Горошек зеленый консервированный, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Лимонная кислота
2,72	2,67	6,25	59,89	120	<b>Суп-пюре из разных овощей</b> Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Мука пшеничная, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло сливочное, Молоко, Соль
1,14	0,43	7,15	37,04	10	<b>Сухарики из хлеба пшеничного</b> Хлеб пшеничный в нарезке
12,67	11,66	17,17	224,34	150	<b>Рагу из мяса птицы</b> Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Соль, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Томат-паста, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Мука пшеничная, Масло растительное
0,34	0,11	21,83	89,72	150	<b>Напиток витаминный</b> Шиповник, Сахар-песок, 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

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>
2,12	2,73	18,89	108,57	30	<b>Булочка домашняя</b> Мука пшеничная, Сахар-песок, Дрожжи сухие, Соль, Масло сливочное
4,5	4,8	7,05	89,4	150	<b>Молоко ультрапастеризованное</b> Молоко шт (0,2 л)

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Ужин 1 ясли 1,5-3 (1л)</b>					
6,64	1,06	5,6	58,51	50	<b>Тефтели рыбные</b> Рыба филе Минтая б/к с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль, Масло сливочное
3,85	7,42	13,37	135,63	180	<b>Капуста тушеная</b> Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Томат-паста, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль, Сахар-песок
0,04	0,02	18,07	72,58	150	<b>Кисель из клюквы быстрозамороженной</b> Клюква б/з, 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) 1,5-3</b>					
0,00	0,00	0,00	0,00	100	<b>Вода питьевая детская</b> 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> Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное
3,9	3,84	17,66	120,84	200	<b>Кофейный напиток из цикория с молоком</b> Молоко, Напиток кофейный цикорий растворимый, Сахар-песок
0,08	8,25	0,08	74,89	10	<b>Масло коровье сладкосливочное несоленое</b> Масло сливочное
1,46	3,58	18,42	111,74	20	<b>Печенье</b>
3,2	1,2	20	103,6	40	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b> Хлеб пшеничный в нарезке

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

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
0,96	6,11	5,46	80,67	60	<b>Обед сад 3-7 (1л)</b> <i>Винегрет</i>
Картофель свежий , Свекла свежая очищенная п/ф, Лимонная кислота, Морковь свежая очищенная п/ф, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки) , Горошек зеленый консервированный, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Лимонная кислота					
4,31	4,22	9,9	94,83	190	<i>Суп-пюре из разных овощей</i>
Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий , Морковь свежая очищенная п/ф, Мука пшеничная, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло сливочное, Молоко, Соль					
1,14	0,43	7,15	37,04	10	<i>Сухарики из хлеба пшеничного</i>
Хлеб пшеничный в нарезке					
15,21	14	20,61	269,2	180	<i>Рагу из мяса птицы</i>
Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Соль, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Томат-паста, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Мука пшеничная, Масло растительное					
0,46	0,15	29,11	119,62	200	<i>Напиток витаминный</i>
Шиповник, Сахар-песок, Изюм					
1,6	0,6	10	51,8	20	<i>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</i>
Хлеб пшеничный в нарезке					
1,32	0,22	8,2	40,06	20	<i>Хлеб ржано-пшеничной</i>
Хлеб ржано-пшеничный в нарезке					

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
8,5	4,5	3,5	88,5	100	<b>Полдник сад 3-7 (1л)</b> <i>Творог порционный</i>
2,12	2,73	18,89	108,57	30	<i>Булочка домашняя</i>
Мука пшеничная, Сахар-песок, Дрожжи сухие, Соль, Масло сливочное					
6	6,4	9,4	119,2	200	<i>Молоко ультрапастеризованное</i>
Молоко					

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
6,64	1,06	5,6	58,51	50	<b>Ужин 1 сад 3-7 (1л)</b> <i>Тефтели рыбные</i>
Рыба филе Минтая б/х с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль, Масло сливочное					
3,85	7,42	13,37	135,63	180	<i>Капуста тушеная</i>
Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Томат-паста, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль, Сахар-песок					
0,06	0,02	24,09	96,78	200	<i>Кисель из клюквы быстрозамороженной</i>
Клюква б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок					
1,6	0,6	10	51,8	20	<i>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</i>
Хлеб пшеничный в нарезке					

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

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


