

СОГЛАСОВАНО

Директор
Ф.И.О.

998

УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор
ЗАО "КОМБИНАТ ДОШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ"

Пазубных В.А.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы
16 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 пшенинная молочная Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль |
| 0,03 | 0,00 | 7,58 | 30,47 | 150 | Чай с лимоном Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон |
| 0,08 | 8,25 | 0,08 | 74,89 | 10 | Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сливочное |
| 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) | | | | | |
| 0,426 | 3,024 | 2,493 | 38,895 | 30 | Салат из свеклы с растительным маслом Свекла свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль |
| 3,61 | 2,89 | 7,38 | 70 | 130 | Уха ростовская Рыба филе Минтая б/к с/м, Картофель свежий, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Помидоры |
| 12,67 | 11,66 | 17,17 | 224,34 | 150 | Рагу из мяса птицы 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 |
| 0,21 | 0,05 | 20,91 | 84,86 | 150 | Компот из плодов сухих Изюм, Чернослив, Сахар-песок, Лимонная кислота |
| 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) | | | | | |
| 4,28 | 3,46 | 15,48 | 110,14 | 80 | Макаронны, запеченные с яйцом Макаронные изделия, Масло сливочное, Яйцо диетическое, Молоко, Соль |
| 1,46 | 3,58 | 18,42 | 111,74 | 20 | Печенье |
| 4,06 | 4,48 | 5,6 | 78,96 | 140 | Кефир Кефир |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|-------------------------------|------|----------|--------|----------|---|
| Ужин 1 ясли 1,5-3 (1л) | | | | | |
| 7,98 | 6,38 | 6,25 | 114,28 | 50 | Фрикадельки мясные паровые собственного производства Говядина котлетная часть с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль |
| 3,77 | 3,72 | 30,54 | 170,73 | 180 | Картофель отварной Картофель очищенный, Масло сливочное, Соль |
| 0,06 | 0,06 | 24,015 | 96,9 | 150 | Напиток яблочный Яблоки свежие, Сахар-песок, Лимонная кислота |
| 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 пшенинная молочная Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль |
| 0,04 | 0,00 | 10,11 | 40,62 | 200 | Чай с лимоном Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон |
| 0,08 | 8,25 | 0,08 | 74,89 | 10 | Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сливочное |
| 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) | | | | | |
| 0,852 | 6,048 | 4,986 | 77,79 | 60 | Салат из свеклы с растительным маслом Свекла свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль |
| 5,56 | 4,45 | 11,36 | 107,69 | 200 | Уха ростовская Рыба филе Минтая б/к с/м, Картофель свежий, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Помидоры |
| 15,21 | 14 | 20,61 | 269,2 | 180 | Рагу из мяса птицы 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 |
| 0,28 | 0,06 | 27,88 | 113,15 | 200 | Компот из плодов сухих Изюм, Чернослив, Сахар-песок, Лимонная кислота |
| 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 сад 3-7 (1л) | | | | | |
| 5,35 | 4,32 | 19,34 | 137,67 | 100 | Макаронные изделия, запеченные с яйцом Макаронные изделия, Масло сливочное, Яйцо диетическое, Молоко, Соль |
| 1,46 | 3,58 | 18,42 | 111,74 | 20 | Печенье |
| 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) | | | | | |
| 7,98 | 6,38 | 6,25 | 114,28 | 50 | Фрикадельки мясные паровые собственного производства Говядина котлетная часть с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль |
| 3,77 | 3,72 | 30,54 | 170,73 | 180 | Картофель отварной Картофель очищенный, Масло сливочное, Соль |
| 0,06 | 0,06 | 21,35 | 86,14 | 200 | Напиток яблочный Яблоки свежие, Сахар-песок, Лимонная кислота |
| 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

