

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы
17 ноября 2020 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Завтрак 1 ясли 1,5-3 (1л)
10,44	11,24	1,95	150,68	100	Омлет натуральный, запеченный Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное
8,5	4,5	3,5	88,5	100	Творог порционный
2,84	2,55	14,61	92,75	150	Кофейный напиток злаковый на молоке Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко
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)
0,38	0,285	9,785	43,225	95	Плоды и ягоды свежие (Груша) Груши свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Обед ясли 1,5-3 (1л)
0,21	3,62	0,66	36,09	30	Салат из свежих огурцов с растительным маслом Огурцы свежие, Масло растительное, Соль
2,44	2,62	6,54	59,527	130	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне Свекла очищенная, Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Томат-паста, Масло сливочное, Сахар-песок, Соль, Сметана, Лимонная кислота
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
1,238	1,413	13,663	72,31	50	Рис отварной Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль
0,04	0,02	18,07	72,58	150	Кисель из клюквы быстрозамороженной Клюква б/з, Крахмал картофельный, 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)
3,18	3,9	19,07	124,11	100	Каша молочная кукурузная жидкая Крупа Кукурузная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
2,46	1,64	23,96	120,51	40	Ватрушка с повидлом Мука пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Масло растительное, Повидло (джем) яблочное, Масло растительное
4,5	4,8	7,05	89,4	150	Молоко ультрапастеризованное Молоко шт (0,2 л)

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)
10,44	11,24	1,95	150,68	100	Омлет натуральный, запеченный Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное
3,79	3,4	19,47	123,66	200	Кофейный напиток злаковый на молоке Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко
2,32	2,95	0,00	35,83	10	Сыр полутвердый Сыр с м.д.ж 45%
8,5	4,5	3,5	88,5	100	Творог порционный
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)
					<i>Плоды и ягоды свежие (Груша)</i>
0,4	0,3	10,3	45,5	100	Груши свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Обед сад 3-7 (1л)
					<i>Салат из свежих огурцов с растительным маслом</i>
0,42	7,25	1,32	72,18	60	Огурцы свежие, Масло растительное, Соль
					<i>Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне</i>
3,76	4,04	10,05	91,58	200	Свекла очищенная, Капуста белокачанная свежая очищенная п/ф, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Томат-паста, Масло сливочное, Сахар-песок, Соль, Сметана, Лимонная кислота
					<i>Гуляш из отварного мяса</i>
11,35	10,44	2,08	147,623	70	Говядина тазобедренная часть п/ф, Соль, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Томат-паста, Масло сливочное, Мука пшеничная
					<i>Рис отварной</i>
2,97	3,39	32,79	173,544	120	Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль
					<i>Кисель из клюквы быстрозамороженной</i>
0,06	0,02	24,09	96,78	200	Клюква б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок
					<i>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</i>
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб пшеничный в нарезке
					<i>Хлеб ржано-пшеничной</i>
1,32	0,22	8,2	40,06	20	Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Полдник сад 3-7 (1л)
					<i>Каша молочная кукурузная жидкая</i>
3,82	4,68	22,88	148,94	120	Крупа Кукурузная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
					<i>Ватрушка с повидлом</i>
2,46	1,64	23,96	120,51	40	Мука пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Масло растительное, Повидло (джем) яблочное, Масло растительное
					<i>Молоко ультрапастеризованное</i>
6	6,4	9,4	119,2	200	Молоко

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Ужин 1 сад 3-7 (1л)
					<i>Помидоры свежие</i>
0,33	0,06	1,14	6,42	30	Помидоры
					<i>Капуста, тушеная с мясом</i>
5,85	8,42	13,85	154,53	200	Капуста белокачанная свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Томат-паста, Соль, Сахар-песок, Говядина тазобедренная часть п/ф
					<i>Мармелад 18 г</i>
0,02	0,02	17,28	69,35	18	
					<i>Компот из плодов свежих (апельсин)</i>
0,27	0,06	24,41	99,26	200	Апельсин, Сахар-песок
					<i>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</i>
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб пшеничный в нарезке

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

