

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы
18 ноября 2020 г.

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|-------|------|----------|--------|----------|---|
| | | | | | Завтрак 1 ясли 1,5-3 (1л) |
| 3,67 | 5,57 | 17,19 | 133,61 | 120 | Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных) Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное |
| 0,00 | 0,00 | 7,49 | 29,97 | 150 | Чай с сахаром Чай черный весовой, Сахар-песок |
| 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) |
| 0,75 | 0,25 | 10,5 | 47,25 | 50 | Фрукты и ягоды свежие (Банан) Банан |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|------------|-------|----------|---------|----------|---|
| | | | | | Обед ясли 1,5-3 (1л) |
| 0,49 | 3,03 | 2,89 | 40,75 | 30 | Салат из капусты с растительным маслом Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Лимонная кислота, Сахар-песок, Масло растительное, Соль |
| 3,49 | 2,68 | 8,99 | 74,05 | 120 | Суп картофельный с бобовыми (горох) Картофель свежий, Горох колотый, Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль |
| 1,14 | 0,43 | 7,15 | 37,04 | 10 | Сухарики из хлеба пшеничного Хлеб пшеничный в нарезке |
| 10,61 2 | 2,793 | 10,661 | 110,278 | 70 | Котлеты рубленые из фарша рыбного Рыба филе Минтай б/к с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо диетическое, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное |
| 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 (джем) яблочное |
| 5,46 | 3,5 | 5,88 | 76,86 | 140 | Ряженка Ряженка 200гр шт |

| 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) |
| 5,5 | 8,36 | 25,78 | 200,42 | 180 | Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных) Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное |
| 0,00 | 0,00 | 9,99 | 39,96 | 200 | Чай с сахаром Чай черный весовой, Сахар-песок |
| 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) |
| 1,2 | 0,4 | 16,8 | 75,6 | 80 | Фрукты и ягоды свежие (Банан) Банан |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|--------------------------|-------|----------|---------|----------|---|
| Обед сад 3-7 (1л) | | | | | |
| 0,98 | 6,05 | 5,78 | 81,5 | 60 | Салат из капусты с растительным маслом Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Лимонная кислота, Сахар-песок, Масло растительное, Соль |
| 5,53 | 4,24 | 14,23 | 117,24 | 190 | Суп картофельный с бобовыми (горох) Картофель свежий, Горох колотый, Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль |
| 1,14 | 0,43 | 7,15 | 37,04 | 10 | Сухарики из хлеба пшеничного Хлеб пшеничный в нарезке |
| 10,61 2 | 2,793 | 10,661 | 110,278 | 70 | Котлеты рубленые из фарша рыбного Рыба филе Минтая б/к с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо диетическое, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное |
| 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-пшеничной 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 (жем) яблочное |
| 4,48 | 4,8 | 16,64 | 127,68 | 160 | Биоогурт фруктовый питьевой Биоогурт фруктовый питьевой |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г | |
|----------------------------|------|----------|--------|----------|--|
| Ужин 1 сад 3-7 (1л) | | | | | |
| 6,13 | 5,64 | 5,82 | 98,54 | 50 | Котлеты рубленые из птицы (цыплята) собственного производства, запеченные с соусом молочным Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль, Молоко, Масло сливочное, Мука пшеничная, Сыр с м.д.ж 45%, Соль |
| 7,6 | 6,43 | 34,27 | 225,36 | 180 | Каша гречневая рассыпчатая Крупа Гречневая, Соль, Масло сливочное |
| 0,53 | 0,03 | 19,19 | 79,13 | 200 | Кисель абрикосовый Курага, Крахмал картофельный, 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 _____

