

СОГЛАСОВАНО

Директор 998

Ф.И.О.

Павлова К.А.

УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор

ЗАО "КОМБИНАТ ДОШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ"

Лазебных В.А.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

20 ноября 2020 г.



Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 1 ясли 1,5-3 (1л)					
8,352	8,992	1,56	120,544	80	Омлет натуральный, запеченный Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное
2,93	2,88	13,25	90,63	150	Кофейный напиток из цикория с молоком Молоко, Напиток кофейный цикорий растворимый, 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)					
0,38	0,285	9,785	43,225	95	Фрукты и ягоды свежие (Груша) Груши свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед ясли 1,5-3 (1л)					
0,86	2,21	3,04	35,535	30	Салат Мозаика Картофель свежий, Горошек зеленый консервированный, Морковь свежая очищенная п/ф, Яйцо диетическое, Соль, Масло растительное
2,58	1,55	4,33	41,63	130	Щи из капусты свежей на бульоне мясным с мелкошинкованными овощами Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Томат-паста, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Сметана
11,63	11,05	5,98	169,88	70	Суфле из отварного мяса (говядина) Говядина тазобедренная часть п/ф, Соль, Молоко, Мука пшеничная, Соль, Яйцо диетическое, Масло растительное
1,238	1,413	13,663	72,31	50	Рис отварной Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль
0,21	0,05	16,41	66,88	150	Напиток из плодов сухих (изюм) Сахар-песок, Лимонная кислота, Изюм
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 ясли 1,5-3 (1л)					
8,5	4,5	3,5	88,5	100	Творог порционный
2,74	1,74	15,24	87,564	30	Булочка Любимая Мука пшеничная, Молоко, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Дрожжи сухие, Соль, Масло сливочное, Масло растительное
3,92	3,78	14,28	106,82	140	Йогурт питьевой фруктовый

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Ужин 1 ясли 1,5-3 (1л)					
6,64	1,06	5,6	58,51	50	Тефтели рыбные Рыба филе Минтая б/к с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль, Масло сливочное
3,99	4,6	25,9	161,01	180	Пюре картофельное Картофель очищенный, Молоко, Масло сливочное, Соль
0,04	0,04	16,01	64,6	150	Компот из плодов свежих Яблоки свежие, Апельсин, 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)					
10,44	11,24	1,95	150,68	100	Омлет натуральный, запеченный Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное
3,9	3,84	17,66	120,84	200	Кофейный напиток из цикория с молоком Молоко, Напиток кофейный цикорий растворимый, Сахар-песок
0,08	8,25	0,08	74,89	10	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сливочное
3,2	1,2	20	103,6	40	Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке
1,46	3,58	18,42	111,74	20	Печенье

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

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
1,72	4,42	6,09	71,07	60	Обед сад 3-7 (1л) <i>Салат Мозаика</i> Картофель свежий , Горошек зеленый консервированный, Морковь свежая очищенная п/ф, Яйцо диетическое, Соль, Масло растительное
3,98	2,39	6,66	64,05	200	<i>Щи из капусты свежей на бульоне мясным с мелкошинкованными овощами</i> Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий , Морковь свежая очищенная п/ф, Томат-паста, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Сметана
11,63	11,05	5,98	169,88	70	<i>Суфле из отварного мяса (говядина)</i> Говядина тазобедренная часть п/ф, Соль, Молоко, Мука пшеничная, Соль, Яйцо диетическое, Масло растительное
2,97	3,39	32,79	173,544	120	<i>Рис отварной</i> Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль
0,28	0,06	21,88	89,17	200	<i>Напиток из плодов сухих (изюм)</i> Сахар-песок, Лимонная кислота, 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	Полдник сад 3-7 (1л) <i>Творог порционный</i>
2,74	1,74	15,24	87,564	30	<i>Булочка Любимая</i> Мука пшеничная, Молоко, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Дрожжи сухие, Соль, Масло сливочное, Масло растительное
6,24	4	6,72	87,84	160	<i>Ряженка</i> Ряженка

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
6,64	1,06	5,6	58,51	50	Ужин 1 сад 3-7 (1л) <i>Тефтели рыбные</i> Рыба филе Минтая б/к с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль, Масло сливочное
3,99	4,6	25,9	161,01	180	<i>Пюре картофельное</i> Картофель очищенный, Молоко, Масло сливочное, Соль
0,06	0,06	21,35	86,14	200	<i>Компот из плодов свежих</i> Яблоки свежие, Апельсин, Сахар-песок, Лимонная кислота
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	Вода питьевая детская (на весь день) 3-7 <i>Вода питьевая детская</i> Вода питьевая детская

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

Главный технолог



Зав. производством

