

## МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы  
11 декабря 2020 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Завтрак 1 ясли 1,5-3 (1л)</b>					
2,87	4,1	17,3	117,62	100	<b>Каша рисовая молочная жидкая</b> Крупа Рисовая, Молоко, Сахар-песок, 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
8,5	4,5	3,5	88,5	100	<b>Творог порционный</b>
2,32	2,95	0,00	35,83	10	<b>Сыр полутвердый</b> Сыр с м.д.ж 45%
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>Завтрак 2 ясли 1,5-3 (1л)</b>					
0,2	0,15	5,15	22,75	50	<b>Фрукты и ягоды свежие (Груша)</b> Груши свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Обед ясли 1,5-3 (1л)</b>					
0,53	2,2	4,02	37,974	30	<b>Салат из отварного картофеля свежего огурца и зеленого салата</b> Картофель свежий, Огурцы свежие, Капуста Пекинская (Салат Китайский), Масло растительное, Соль
2,32	2,52	7,3	61,11	120	<b>Рассольник домашний на мясном бульоне</b> Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Масло сливочное, Соль, Сметана
2,88	2,48	0,00	33,852	10	<b>Говядина отварная</b> Говядина тазобедренная часть п/ф, Соль
10,45	7,24	2,92	118,58	70	<b>Печень по-строгановски</b> Печень говяжья с/м, Томат-паста, Сметана, Соль, Масло сливочное, Мука пшеничная, Соль
1,845	1,455	11,75	67,46	50	<b>Изделия макаронные отварные</b> Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное
0,21	0,05	16,41	66,88	150	<b>Напиток из плодов сухих (изюм)</b> Сахар-песок, Лимонная кислота, 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>					
7,39	6,98	43,45	266,18	100	<b>Оладьи</b> Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное
0,00	0,00	3,3	13,2	5	<b>Повидло</b> Повидло (жем) яблочное
5,46	3,5	5,88	76,86	140	<b>Ряженка</b> Ряженка 200гр шт

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Ужин 1 ясли 1,5-3 (1л)</b>					
7,07	5,94	0,8	84,96	50	<b>Гуляш из отварной птицы</b> Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Масло сливочное, Мука пшеничная, Томат-паста, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль
3,17	5,99	16,82	133,86	180	<b>Свекла тушеная</b> Свекла очищенная, Масло сливочное, Сметана, Соль
0,04	0,04	16,01	64,6	150	<b>Компот из плодов свежих</b> Яблоки свежие, Апельсин, Сахар-песок, Лимонная кислота
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>					
3,444	4,92	20,76	141,144	120	<b>Каша рисовая молочная жидкая</b> Крупа Рисовая, Молоко, Сахар-песок, 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
8,5	4,5	3,5	88,5	100	<b>Творог порционный</b>
2,32	2,95	0,00	35,83	10	<b>Сыр полутвердый</b> Сыр с м.д.ж 45%
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	
0,32	0,24	8,24	36,4	80	<b>Завтрак 2 сад 3-7 (1л)</b> <i>Плоды и ягоды свежие (Груша)</i>
					Груши свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
1,05	4,4	8,03	75,948	60	<b>Обед сад 3-7 (1л)</b> <i>Салат из отварного картофеля свежего огурца и зеленого салата</i>
					Картофель свежий , Огурцы свежие, Капуста Пекинская (Салат Китайский), Масло растительное, Соль
3,68	3,98	11,55	96,76	190	<i>Рассольник домашний на мясном бульоне</i>
					Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий , Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки) , Масло сливочное, Соль, Сметана
2,88	2,48	0,00	33,852	10	<i>Говядина отварная</i>
					Говядина тазобедренная часть п/ф, Соль
10,45	7,24	2,92	118,58	70	<i>Печень по-строгановски</i>
					Печень говяжья с/м, Томат-паста, Сметана, Соль, Масло сливочное, Мука пшеничная, Соль
4,42	3,49	28,2	161,904	120	<i>Изделия макаронные отварные</i>
					Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное
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	
7,39	6,98	43,45	266,18	100	<b>Полдник сад 3-7 (1л)</b> <i>Оладьи</i>
					Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное
0,00	0,00	3,3	13,2	5	<i>Повидло</i>
					Повидло (джем) яблочное
6,24	4	6,72	87,84	160	<i>Ряженка</i>
					Ряженка

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
7,07	5,94	0,8	84,96	50	<b>Ужин 1 сад 3-7 (1л)</b> <i>Гуляш из отварной птицы</i>
					Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Масло сливочное, Мука пшеничная, Томат-паста, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль
3,17	5,99	16,82	133,86	180	<i>Свекла тушеная</i>
					Свекла очищенная, Масло сливочное, Сметана, Соль
0,06	0,06	21,35	86,14	200	<i>Компот из плодов свежих</i>
					Яблоки свежие, Апельсин, Сахар-песок, Лимонная кислота
3,2	1,2	20	103,6	40	<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"**



Главный технолог \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_