



**МЕНЮ**  
За счет бюджета города Москвы  
25 января 2021 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Завтрак 1 ясли 1,5-3 (1л)</b>					
4,668	4,38	24,156	154,728	120	<b>Каша пшенинная молочная</b> Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль
0,00	0,00	7,49	29,97	150	<b>Чай с сахаром</b> Чай черный весовой, Сахар-песок
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	0,2	4,9	22,2	50	<b>Плоды и ягоды свежие (Яблоко)</b> Яблоки свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Обед ясли 1,5-3 (1л)</b>					
0,37	2,13	1,95	28,38	30	<b>Салат из моркови с растительным маслом</b> Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное
2,028	2,847	8,073	66,04	130	<b>Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на мясном бульоне</b> Картофель свежий, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль, Фасоль сухая
11,35	10,44	2,08	147,623	70	<b>Гуляш из отварного мяса</b> Говядина тазобедренная часть п/ф, Соль, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Томат-паста, Масло сливочное, Мука пшеничная
1,845	1,455	11,75	67,46	50	<b>Изделия макаронные отварные</b> Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное
0,07	0,02	12,94	52,22	150	<b>Напиток вишневый</b> Вишня б/з, Сахар-песок
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 (джем) яблочное
3,92	3,78	14,28	106,82	140	<b>Йогурт питьевой ягодный</b> Йогурт питьевой ягодный

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Ужин 1 ясли 1,5-3 (1л)</b>					
8,32	7,675	6,72	129,23	50	<b>Биточки рубленые куриные</b> Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Соль, Масло растительное
0,21	0,62	0,72	9,34	10	<b>Соус молочный</b> Молоко, Масло сливочное, Мука пшеничная, Соль
4,104	5,274	33,102	196,236	180	<b>Картофель отварной, запеченый со сливочным маслом</b> Картофель очищенный, Масло сливочное, Соль
0,09	0,01	16,8	67,67	150	<b>Компот из плодов свежих (лимон)</b> Лимон, Сахар-песок
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>					
7,002	6,57	36,234	232,092	180	<b>Каша пшенинная молочная</b> Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль
0,00	0,00	9,99	39,96	200	<b>Чай с сахаром</b> Чай черный весовой, Сахар-песок
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 сад 3-7 (1л)</b>					
0,32	0,32	7,84	35,52	80	<b>Плоды и ягоды свежие (Яблоко)</b>
Яблоки свежие					

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Обед сад 3-7 (1л)</b>					
0,73	4,25	3,89	56,77	60	<b>Салат из моркови с растительным маслом</b>
Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное					
3,12	4,38	12,42	101,6	200	<b>Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на мясном бульоне</b>
Картофель свежий, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль, Фасоль сухая					
11,35	10,44	2,08	147,623	70	<b>Гуляш из отварного мяса</b>
Говядина тазобедренная часть п/ф, Соль, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Томат-паста, Масло сливочное, Мука пшеничная					
4,42	3,49	28,2	161,904	120	<b>Изделия макаронные отварные</b>
Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное					
0,1	0,02	17,26	69,62	200	<b>Напиток вишневый</b>
Вишня б/з, Сахар-песок					
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 сад 3-7 (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 (джем) яблочное					
4,64	5,12	6,4	90,24	160	<b>Кефир</b>
Кефир 3,2%					

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Ужин 1 сад 3-7 (1л)</b>					
8,32	7,675	6,72	129,23	50	<b>Биточки рубленые куриные</b>
Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Соль, Масло растительное					
0,43	1,24	1,45	18,68	20	<b>Соус молочный</b>
Молоко, Масло сливочное, Мука пшеничная, Соль					
4,104	5,274	33,102	196,236	180	<b>Картофель отварной, запеченый со сливочным маслом</b>
Картофель очищенный, Масло сливочное, Соль					
0,13	0,01	22,4	90,22	200	<b>Компот из плодов свежих (лимон)</b>
Лимон, Сахар-песок					
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) 3-7</b>					
0,00	0,00	0,00	0,00	200	<b>Вода питьевая детская</b>
Вода питьевая детская					

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

Главный технолог \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_

*Т. Сергеева*