

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы
1 февраля 2021 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
2,84	2,55	14,61	92,75	150	Кофейный напиток злаковый на молоке Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко
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	0,38	9,31	42,18	95	Фрукты и ягоды свежие (Яблоко) Яблоки свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед ясли 1,5-3 (1л)					
0,37	2,13	1,95	28,38	30	Салат из моркови с растительным маслом Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное
1,04	1,97	4,381	39,455	130	Щи из свежей капусты 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
11,66	11,25	3,07	160,118	70	Азу из мяса отварного Говядина тазобедренная часть п/ф, Масло растительное, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Мука пшеничная, Томат-паста, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Соль, Чеснок свежий очищенный п/ф
2,11	1,785	9,52	62,6	50	Каша гречневая рассыпчатая Крупа Гречневая, Соль, Масло сливочное
0,21	0,05	20,91	84,86	150	Компот из плодов сухих Изюм, Чернослив, Сахар-песок, Лимонная кислота
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)					
2,87	4,1	17,3	117,62	100	Каша рисовая молочная жидкая Крупа Рисовая, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
2,12	2,73	18,89	108,57	30	Булочка домашняя Мука пшеничная, Сахар-песок, Дрожжи сухие, Соль, Масло сливочное
3,92	3,78	14,28	106,82	140	Йогурт питьевой фруктовый Йогурт питьевой фруктовый

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Ужин 1 ясли 1,5-3 (1л)					
6,13	5,64	5,82	98,54	50	Котлеты рубленные 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
4,05	6,21	33,066	204,354	180	Картофель отварной, запеченный с маслом растительным Картофель очищенный, Масло растительное, Соль
0,06	0,06	24,015	96,9	150	Напиток яблочный Яблоки свежие, 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
3,79	3,4	19,47	123,66	200	Кофейный напиток злаковый на молоке Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко
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

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 2 сад 3-7 (1л)					
0,4	0,4	9,8	44,4	100	Фрукты и ягоды свежие (Яблоко) Яблоки свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед сад 3-7 (1л)					
Салат из моркови с растительным маслом					
0,73	4,25	3,89	56,77	60	Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное
Щи из свежей капусты					
1,6	3,04	6,74	60,7	200	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
Азу из мяса отварного					
11,66	11,25	3,07	160,118	70	Говядина тазобедренная часть п/ф, Масло растительное, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Мука пшеничная, Томат-паста, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Соль, Чеснок свежий очищенный п/ф
Каша гречневая рассыпчатая					
5,06	4,29	22,85	150,24	120	Крупа Гречневая, Соль, Масло сливочное
Компот из плодов сухих					
0,28	0,06	27,88	113,15	200	Изюм, Чернослив, Сахар-песок, Лимонная кислота
Хлеб из муки пшеничной первого сорта					
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб пшеничный в нарезке
Хлеб ржано-пшеничной					
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)					
Каша рисовая молочная жидкая					
3,444	4,92	20,76	141,144	120	Крупа Рисовая, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
Булочка домашняя					
2,12	2,73	18,89	108,57	30	Мука пшеничная, Сахар-песок, Дрожжи сухие, Соль, Масло сливочное
Кефир					
4,64	5,12	6,4	90,24	160	Кефир 3,2%

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Ужин 1 сад 3-7 (1л)					
Котлеты рубленые из птицы (цыплята) собственного производства, запеченные с соусом молочным					
6,13	5,64	5,82	98,54	50	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
Картофель отварной, запеченный с маслом растительным					
4,05	6,21	33,066	204,354	180	Картофель очищенный, Масло растительное, Соль
Напиток яблочный					
0,06	0,06	21,35	86,14	200	Яблоки свежие, Сахар-песок, Лимонная кислота
Хлеб из муки пшеничной первого сорта					
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					
Вода питьевая детская					
0,00	0,00	0,00	0,00	200	Вода питьевая детская

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



Зав. производством _____



Главный технолог _____