

*Суренко И. А.*

## МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы  
9 февраля 2021 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Завтрак 1 ясли 1,5-3 (1л)</b>					
10,44	11,24	1,95	150,68	100	<b>Омлет натуральный, запеченный</b> Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное
8,5	4,5	3,5	88,5	100	<b>Творог порционный</b>
2,84	2,55	14,61	92,75	150	<b>Кофейный напиток злаковый на молоке</b> Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко
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>					
0,38	0,285	9,785	43,225	95	<b>Плоды и ягоды свежие (Груша)</b> Груши свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Обед ясли 1,5-3 (1л)</b>					
0,741	3,105	3,903	46,515	30	<b>Салат овощной с фасолью</b> Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Фасоль сухая, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль
2,44	2,62	6,54	59,527	130	<b>Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне</b> Свекла очищенная, Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Томат-паста, Масло сливочное, Сахар-песок, Соль, Сметана, Лимонная кислота
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
1,238	1,413	13,663	72,31	50	<b>Рис отварной</b> Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль
0,04	0,02	18,07	72,58	150	<b>Кисель из клюквы быстрозамороженной</b> Клюква б/з, Крахмал картофельный, 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>					
3,18	3,9	19,07	124,11	100	<b>Каша молочная кукурузная жидкая</b> Крупа Кукурузная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
2,46	1,64	23,96	120,51	40	<b>Ватрушка с повидлом</b> Мука пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Масло растительное, Повидло (жем) яблочное, Масло растительное
4,5	4,8	7,05	89,4	150	<b>Молоко ультрапастеризованное</b> Молоко

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Ужин 1 ясли 1,5-3 (1л)</b>					
0,33	0,06	1,14	6,42	30	<b>Помидоры свежие</b> Помидоры
5,85	8,42	13,85	154,53	200	<b>Капуста, тушеная с мясом</b> Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Томат-паста, Соль, Сахар-песок, Говядина тазобедренная часть п/ф
0,02	0,02	17,28	69,35	18	<b>Мармелад 18 г</b>
0,2	0,05	18,311	74,445	150	<b>Компот из плодов свежих (апельсин)</b> Апельсин, 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>					
10,44	11,24	1,95	150,68	100	<b>Омлет натуральный, запеченный</b> Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное
3,79	3,4	19,47	123,66	200	<b>Кофейный напиток злаковый на молоке</b> Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко
2,32	2,95	0,00	35,83	10	<b>Сыр полутвердый</b> Сыр с м.д.ж 45%
8,5	4,5	3,5	88,5	100	<b>Творог порционный</b>
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>					
0,4	0,3	10,3	45,5	100	<b>Фрукты и ягоды свежие (Груша)</b> Груши свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Обед сад 3-7 (1л)</b>					
1,482	6,21	7,806	93,03	60	<b>Салат овощной с фасолью</b> Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Фасоль сухая, Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки), Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль
3,76	4,04	10,05	91,58	200	<b>Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне</b> Свекла очищенная, Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Томат-паста, Масло сливочное, Сахар-песок, Соль, Сметана, Лимонная кислота
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
2,97	3,39	32,79	173,544	120	<b>Рис отварной</b> Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль
0,06	0,02	24,09	96,78	200	<b>Кисель из клюквы быстрозамороженной</b> Клюква б/з, Крахмал картофельный, 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>					
3,82	4,68	22,88	148,94	120	<b>Каша молочная кукурузная жидкая</b> Крупа Кукурузная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
2,46	1,64	23,96	120,51	40	<b>Ватрушка с повидлом</b> Мука пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Масло растительное, Повидло (джем) яблочное, Масло растительное
6	6,4	9,4	119,2	200	<b>Молоко ультрапастеризованное</b> Молоко

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Ужин 1 сад 3-7 (1л)</b>					
0,33	0,06	1,14	6,42	30	<b>Помидоры свежие</b> Помидоры
5,85	8,42	13,85	154,53	200	<b>Капуста, тушеная с мясом</b> Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Томат-паста, Соль, Сахар-песок, Говядина тазобедренная часть п/ф
0,02	0,02	17,28	69,35	18	<b>Мармелад 18 г</b>
0,27	0,06	24,41	99,26	200	<b>Компот из плодов свежих (апельсин)</b> Апельсин, 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 \_\_\_\_\_