

/Суренко И.А.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы
10 февраля 2021 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Завтрак 1 ясли 1,5-3 (1л)
3,67	5,57	17,19	133,61	120	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных) Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное
0,00	0,00	7,49	29,97	150	Чай с сахаром Чай черный весовой, 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)
0,45	0,1	4,05	18,9	50	Плоды и ягоды свежие (Апельсин) Апельсин

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Обед ясли 1,5-3 (1л)
0,49	3,03	2,89	40,75	30	Салат из капусты с растительным маслом Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Лимонная кислота, Сахар-песок, Масло растительное, Соль
3,49	2,68	8,99	74,05	120	Суп картофельный с бобовыми (горох) Картофель свежий, Горох колотый, Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль
1,14	0,43	7,15	37,04	10	Сухарики из хлеба пшеничного Хлеб пшеничный в нарезке
10,61 2	2,793	10,661	110,278	70	Котлеты рубленые из фарша рыбного Рыба филе Минтая б/к с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо диетическое, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное
1,845	1,455	11,75	67,46	50	Изделия макаронные отварные Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное
0,07	0,02	12,94	52,22	150	Напиток вишневый Вишня б/з, Сахар-песок
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)
7,39	6,98	43,45	266,18	100	Оладьи Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное
0,00	0,00	3,3	13,2	5	Повидло Повидло (джем) яблочное
2,75	2,61	10,97	78,39	150	Какао на молоке Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Ужин 1 ясли 1,5-3 (1л)
6,13	5,64	5,82	98,54	50	Котлеты рубленые 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
7,6	6,43	34,27	225,36	180	Каша гречневая рассыпчатая Крупа Гречневая, Соль, Масло сливочное
0,39	0,02	14,39	59,35	150	Кисель абрикосовый Курага, Крахмал картофельный, Сахар-песок
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)
5,5	8,36	25,78	200,42	180	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных) Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное
0,00	0,00	9,99	39,96	200	Чай с сахаром Чай черный весовой, 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 сад 3-7 (1л)
					Плоды и ягоды свежие (Апельсин)
0,72	0,16	6,48	30,24	80	Апельсин

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Обед сад 3-7 (1л)
					Салат из капусты с растительным маслом
0,98	6,05	5,78	81,5	60	Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Лимонная кислота, Сахар-песок, Масло растительное, Соль
					Суп картофельный с бобовыми (горох)
5,53	4,24	14,23	117,24	190	Картофель свежий, Горох колотый, Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль
					Сухарики из хлеба пшеничного
1,14	0,43	7,15	37,04	10	Хлеб пшеничный в нарезке
					Котлеты рубленые из фарша рыбного
10,61 2	2,793	10,661	110,278	70	Рыба филе Минтая б/к с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо диетическое, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное
					Изделия макаронные отварные
4,42	3,49	28,2	161,904	120	Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное
					Напиток вишневый
0,1	0,02	17,26	69,62	200	Вишня б/з, Сахар-песок
					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)
					Оладьи
7,39	6,98	43,45	266,18	100	Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное
					Повидло
0,00	0,00	3,3	13,2	5	Повидло (джем) яблочное
					Какао на молоке
3,67	3,48	14,63	104,52	200	Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко

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.ж45%, Соль
					Каша гречневая рассыпчатая
7,6	6,43	34,27	225,36	180	Крупа Гречневая, Соль, Масло сливочное
					Кисель абрикосовый
0,53	0,03	19,19	79,13	200	Курага, Крахмал картофельный, Сахар-песок
					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"

Главный технолог _____

Зав. производством _____


