

## МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

26 февраля 2021 г.



| Белки   | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |  |
|---|------|----------|--------|----------|--|
| <b>Завтрак 1 ясли 1,5-3 (1л)</b>                  |      |          |        |          |  |
| <b>Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)</b> |      |          |        |          |  |
| 3,67  | 5,57 | 17,19    | 133,61 | 120      | Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное |
| <b>Чай с сахаром</b>                              |      |          |        |          |  |
| 0,00  | 0,00 | 7,49     | 29,97  | 150      | Чай черный весовой, Сахар-песок                            |
| <b>Масло коровье сладкосливочное несоленое</b>    |      |          |        |          |  |
| 0,08  | 8,25 | 0,08     | 74,89  | 10       | Масло сливочное  |
| <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>       |      |          |        |          |  |
| 1,6   | 0,6  | 10       | 51,8   | 20       | Хлеб пшеничный в нарезке                                   |

| Белки                                | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г |              |
|--------------------------------------|-------|----------|--------|----------|--------------|
| <b>Завтрак 2 ясли 1,5-3 (1л)</b>     |       |          |        |          |              |
| <b>Фрукты и ягоды свежие (Груша)</b> |       |          |        |          |              |
| 0,38                                 | 0,285 | 9,785    | 43,225 | 95       | Груши свежие |

| Белки   | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |   |
|---|-------|----------|---------|----------|---|
| <b>Обед ясли 1,5-3 (1л)</b>                       |       |          |         |          |   |
| <b>Салат из свеклы с растительным маслом</b>      |       |          |         |          |   |
| 0,426   | 3,024 | 2,493    | 38,895  | 30       | Свекла свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль   |
| <b>Суп крестьянский с крупой (крупа перловая)</b> |       |          |         |          |   |
| 1,37  | 3,32  | 7,21     | 64,16   | 130      | Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Крупа Перловая, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Сметана |
| <b>Котлеты рубленые из фарша рыбного</b>          |       |          |         |          |   |
| 10,61<br>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   |
| <b>Картофель отварной</b>                         |       |          |         |          |   |
| 2,1   | 2,07  | 16,97    | 94,85   | 100      | Картофель очищенный, Масло сливочное, Соль  |
| <b>Кисель из клюквы быстрозамороженной</b>        |       |          |         |          |   |
| 0,04  | 0,02  | 18,07    | 72,58   | 150      | Клюква б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок   |
| <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>       |       |          |         |          |   |
| 1,6   | 0,6   | 10       | 51,8    | 20       | Хлеб пшеничный в нарезке  |
| <b>Хлеб ржано-пшеничной</b>                       |       |          |         |          |   |
| 1,32  | 0,22  | 8,2      | 40,06   | 20       | Хлеб ржано-пшеничный в нарезке  |

| Белки                               | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |  |
|-------------------------------------|------|----------|--------|----------|--|
| <b>Полдник ясли 1,5-3 (1л)</b>      |      |          |        |          |  |
| <b>Пудинг манный</b>                |      |          |        |          |  |
| 3,62                                | 3,77 | 21,24    | 133,38 | 80       | Крупа Манная, Молоко, Соль, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Сухари панировочные, Сметана |
| <b>Соус абрикосовый</b>             |      |          |        |          |  |
| 0,03                                | 0,00 | 3,28     | 13,24  | 5        | Курага, Сахар-песок  |
| <b>Молоко ультрапастеризованное</b> |      |          |        |          |  |
| 4,5                                 | 4,8  | 7,05     | 89,4   | 150      | Молоко   |

| Белки                                       | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г |  |
|---|-------|----------|--------|----------|--|
| <b>Ужин 1 ясли 1,5-3 (1л)</b>               |       |          |        |          |  |
| <b>Помидоры свежие</b>                      |       |          |        |          |  |
| 0,33  | 0,06  | 1,14     | 6,42   | 30       | Помидоры   |
| <b>Рагу из мяса птицы</b>                   |       |          |        |          |  |
| 16,9  | 15,55 | 22,89    | 299,12 | 200      | Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Соль, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Томат-паста, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Мука пшеничная, Масло растительное |
| <b>Напиток витаминный</b>                   |       |          |        |          |  |
| 0,34  | 0,11  | 21,83    | 89,72  | 150      | Шиповник, Сахар-песок, Изюм  |
| <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b> |       |          |        |          |  |
| 1,6   | 0,6   | 10       | 51,8   | 20       | Хлеб пшеничный в нарезке   |

| Белки  | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |                       |
|--|------|----------|--------|----------|-----------------------|
| <b>Вода питьевая детская ( на весь день) 1,5-3</b> |      |          |        |          |                       |
| <b>Вода питьевая детская</b>                       |      |          |        |          |                       |
| 0,00   | 0,00 | 0,00     | 0,00   | 100      | Вода питьевая детская |

| Белки   | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |  |
|---|------|----------|--------|----------|--|
| <b>Завтрак 1 сад 3-7 (1л)</b>                     |      |          |        |          |  |
| <b>Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)</b> |      |          |        |          |  |
| 5,5   | 8,36 | 25,78    | 200,42 | 180      | Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное |
| <b>Чай с сахаром</b>                              |      |          |        |          |  |
| 0,00  | 0,00 | 9,99     | 39,96  | 200      | Чай черный весовой, Сахар-песок                            |
| <b>Масло коровье сладкосливочное несоленое</b>    |      |          |        |          |  |
| 0,08  | 8,25 | 0,08     | 74,89  | 10       | Масло сливочное  |
| <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>       |      |          |        |          |  |
| 3,2   | 1,2  | 20       | 103,6  | 40       | Хлеб пшеничный в нарезке                                   |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |                                     |
|-------|------|----------|--------|----------|-------------------------------------|
|       |      |          |        |          | <b>Завтрак 2 сад 3-7 (1л)</b>       |
|       |      |          |        |          | <b>Плоды и ягоды свежие (Груша)</b> |
| 0,4   | 0,3  | 10,3     | 45,5   | 100      | Груши свежие                        |

| Белки      | Жиры  | Углеводы | Калор.  | Выход, г |   |
|------------|-------|----------|---------|----------|---|
|            |       |          |         |          | <b>Обед сад 3-7 (1л)</b>  |
|            |       |          |         |          | <b>Салат из свеклы с растительным маслом</b>  |
| 0,852      | 6,048 | 4,986    | 77,79   | 60       | Свекла свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль   |
|            |       |          |         |          | <b>Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)</b>   |
| 2,1        | 5,11  | 11,09    | 98,71   | 200      | Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Крупа Перловая, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Сметана |
|            |       |          |         |          | <b>Котлеты рубленые из фарша рыбного</b>  |
| 10,61<br>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   |
|            |       |          |         |          | <b>Картофель отварной</b>   |
| 2,52       | 2,484 | 20,364   | 113,82  | 120      | Картофель очищенный, Масло сливочное, Соль  |
|            |       |          |         |          | <b>Кисель из клюквы быстрозамороженной</b>  |
| 0,06       | 0,02  | 24,09    | 96,78   | 200      | Клюква б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок   |
|            |       |          |         |          | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>   |
| 1,6        | 0,6   | 10       | 51,8    | 20       | Хлеб пшеничный в нарезке  |
|            |       |          |         |          | <b>Хлеб ржано-пшеничной</b>   |
| 1,32       | 0,22  | 8,2      | 40,06   | 20       | Хлеб ржано-пшеничный в нарезке  |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |  |
|-------|------|----------|--------|----------|--|
|       |      |          |        |          | <b>Полдник сад 3-7 (1л)</b>  |
|       |      |          |        |          | <b>Пудинг манный</b>   |
| 4,52  | 4,72 | 26,55    | 166,72 | 100      | Крупа Манная, Молоко, Соль, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Сухари панировочные, Сметана |
|       |      |          |        |          | <b>Соус абрикосовый</b>  |
| 0,03  | 0,00 | 3,28     | 13,24  | 5        | Курага, Сахар-песок  |
|       |      |          |        |          | <b>Молоко ультрапастеризованное</b>  |
| 6     | 6,4  | 9,4      | 119,2  | 200      | Молоко   |

| Белки | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г |  |
|-------|-------|----------|--------|----------|--|
|       |       |          |        |          | <b>Ужин 1 сад 3-7 (1л)</b>   |
|       |       |          |        |          | <b>Помидоры свежие</b>   |
| 0,33  | 0,06  | 1,14     | 6,42   | 30       | Помидоры   |
|       |       |          |        |          | <b>Рагу из мяса птицы</b>  |
| 16,9  | 15,55 | 22,89    | 299,12 | 200      | Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Соль, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Томат-паста, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Мука пшеничная, Масло растительное |
|       |       |          |        |          | <b>Напиток витаминный</b>  |
| 0,46  | 0,15  | 29,11    | 119,62 | 200      | Шиповник, Сахар-песок, Изюм  |
|       |       |          |        |          | <b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>  |
| 1,6   | 0,6   | 10       | 51,8   | 20       | Хлеб пшеничный в нарезке   |

| Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |  |
|-------|------|----------|--------|----------|--|
|       |      |          |        |          | <b>Вода питьевая детская ( на весь день) 3-7</b> |
|       |      |          |        |          | <b>Вода питьевая детская</b>                     |
| 0,00  | 0,00 | 0,00     | 0,00   | 200      | Вода питьевая детская                            |

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

*А. Е. Косов*

Главный технолог \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_

*А. Е. Косов*