

*Администратор*  
*Лашкова Ю.А.*



## МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы  
15 сентября 2020 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Завтрак 1 (ясли) с 1,5-3 ДС</b>					
2,73	6,01	14,44	122,8	100	<b>Каша "Дружба"</b> Крупа Рисовая, Крупа Пшено, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
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		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 (ясли) с 1,5-3 ДС</b>					
0,2	0,2	4,9	22,2	50	<b>Фрукты и ягоды свежие (Яблоко)</b> Яблоки свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Обед (ясли) с 1,5-3 ДС</b>					
0,17	3,09	2,11	36,89	30	<b>Салат из помидоров свежих и яблок</b> Помидоры, Яблоки свежие, Масло растительное, Соль
2,44	2,62	6,54	59,52	130	<b>Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне</b> Свекла очищенная, Капуста белокачанная очищенная, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Томат-паста, Масло сливочное, Сахар-песок, Соль, Сметана, Лимонная кислота
11,49	11,23	2,68	157,71	70	<b>Бефстроганов из мяса отварного</b> Говядина тазобедренная часть п/ф, Морковь очищенная, Соль, Молоко, Мука пшеничная, Сметана, Масло сливочное
1,14	1,46	9,2	54,51	50	<b>Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом</b> Картофель очищенный, Масло сливочное, Соль
0,21	0,05	20,91	84,86	150	<b>Компот из плодов сухих</b> Изюм, Чернослив, Сахар-песок, Лимонная кислота
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) с 1,5-3 ДС</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
		3,3	13,2	5	<b>Повидло</b> Повидло (джем) яблочное
4,06	4,48	5,6	78,96	140	<b>Кефир</b> Кефир

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

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Завтрак 1 с 3-7 ДС</b>					
3,27	7,22	17,33	147,36	120	<b>Каша "Дружба"</b> Крупа Рисовая, Крупа Пшено, Молоко, Сахар-песок, 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		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	
0,32	0,32	7,84	35,52	80	<b>Завтрак 2 с 3-7 ДС</b> <i>Плоды и ягоды свежие (Яблоко)</i> Яблоки свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
0,34	6,17	4,21	73,78	60	<b>Обед с 3-7 ДС</b> <i>Салат из помидоров свежих и яблок</i> Помидоры, Яблоки свежие, Масло растительное, Соль
3,76	4,04	10,05	91,58	200	<i>Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне</i> Свекла очищенная, Капуста белокочанная очищенная, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Томат-паста, Масло сливочное, Сахар-песок, Соль, Сметана, Лимонная кислота
11,49	11,23	2,68	157,71	70	<i>Бефстроганов из мяса отварного</i> Говядина тазобедренная часть п/ф, Морковь очищенная, Соль, Молоко, Мука пшеничная, Сметана, Масло сливочное
2,73	3,51	22,07	130,82	120	<i>Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом</i> Картофель очищенный, Масло сливочное, Соль
0,28	0,06	27,88	113,15	200	<i>Компот из плодов сухих</i> Изюм, Чернослив, Сахар-песок, Лимонная кислота
1,6	0,6	10	51,8	20	<i>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</i> Хлеб пшеничный в нарезке
1,32	0,22	8,2	40,06	20	<i>Хлеб ржано-пшеничной</i> Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
7,39	6,98	43,45	266,18	100	<b>Полдник с 3-7 ДС</b> <i>Оладьи</i> Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное
		3,3	13,2	5	<i>Повидло</i> Повидло (джем) яблочное
4,64	5,12	6,4	90,24	160	<i>Кефир</i> Кефир 3,2%

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
7,98	6,38	6,25	114,28	50	<b>Ужин 1 с 3-7 ДС</b> <i>Фрикадельки мясные паровые собственного производства</i> Говядина котлетная часть с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль
3,85	7,42	13,37	135,63	180	<i>Капуста тушеная</i> Капуста белокочанная очищенная, Масло растительное, Томат-паста, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Соль, Сахар-песок
0,12	0,05	16,86	68,35	200	<i>Напиток смородина</i> Смородина черная б/з, Сахар-песок
3,2	1,2	20	103,6	40	<i>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</i> Хлеб пшеничный в нарезке

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

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

Главный технолог \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_

