

администратор
Лашкова Ю.А.



МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

25 сентября 2020 г.

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

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 2 (ясли) с 1,5-3 ДС					
<i>Фрукты и ягоды свежие (Груша)</i>					
0,2	0,15	5,15	22,75	50	Груши свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед (ясли) с 1,5-3 ДС					
<i>Салат из свеклы с растительным маслом</i>					
0,426	3,024	2,493	38,895	30	Свекла очищенная, Масло растительное, Соль
<i>Суп крестьянский с крупой (крупа перловая)</i>					
1,37	3,32	7,21	64,16	130	Капуста белокочанная очищенная, Картофель очищенный, Крупа Перловая, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Масло растительное, Соль, Сметана
<i>Коплеты рубленые из фарша рыбного</i>					
10,61	2,793	10,661	110,278	70	Рыба филе Минтая и/к с/к, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо диетическое, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное
<i>Картофель отварной</i>					
1,05	1,035	8,485	47,425	50	Картофель очищенный, Масло сливочное, Соль
<i>Сок фруктовый</i>					
0,75	0,15	15,15	64,95	150	Сок яблочный
<i>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</i>					
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб пшеничный в нарезке
<i>Хлеб ржано-пшеничной</i>					
1,32	0,22	8,2	40,06	20	Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Полдник (ясли) с 1,5-3 ДС					
<i>Пудинг манный</i>					
3,62	3,77	21,24	133,38	80	Крупа Манная, Молоко, Соль, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Сухари панировочные, Сметана
<i>Соус абрикосовый</i>					
0,03		3,28	13,24	5	Курага, Сахар-песок
<i>Йогурт питьевой фруктовый</i>					
3,92	3,78	14,28	106,82	140	Йогурт питьевой персик

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

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

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак 2 с 3-7 ДС					
<i>Фрукты и ягоды свежие (Груша)</i>					
0,32	0,24	8,24	36,4	80	Груши свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед с 3-7 ДС					
0,852	6,048	4,986	77,79	60	Салат из свеклы с растительным маслом Свекла очищенная, Масло растительное, Соль
2,1	5,11	11,09	98,71	200	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая) Капуста белокочанная очищенная, Картофель очищенный, Крупа Перловая, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Масло растительное, Соль, Сметана
10,61 2	2,793	10,661	110,278	70	Котлеты рубленые из фарша рыбного Рыба филе Минтай н/к с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо диетическое, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное
2,52	2,484	20,364	113,82	120	Картофель отварной Картофель очищенный, Масло сливочное, Соль
0,75	0,15	15,15	64,95	150	Сок фруктовый Сок яблочный
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 с 3-7 ДС					
4,52	4,72	26,55	166,72	100	Пудинг манный Крупа Манная, Молоко, Соль, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное, Сухари панировочные, Сметана
0,03		3,28	13,24	5	Соус абрикосовый Курага, Сахар-песок
4,64	5,12	6,08	88,96	160	Ацидофилин Ацидофилин

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Ужин 1 с 3-7 ДС					
0,33	0,06	1,14	6,42	30	Помидоры свежие Помидоры
16,9	15,55	22,89	299,12	200	Рагу из мяса птицы Мясо кур (п/ф бедро, голень, грудка) с/м, Соль, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Томат-паста, Лук репчатый очищенный, Мука пшеничная, Масло растительное
0,46	0,15	29,11	119,62	200	Напиток витаминный Шиповник, Сахар-песок, Изюм
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) 3-7					
				200	Вода питьевая детская Вода питьевая детская

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

Главный технолог

Зав. производством