

СОГЛАСОВАНО

Ф.И.О.

0808

УТВЕРЖДЕНО

Исполнительный директор

РусСоцКапитал

Савельева И.Е.

## МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

14 октября 2020 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
3,67	5,57	17,19	133,608	120	<b>Завтрак I с 1,5-3 лет</b>
		7,49	29,97	150	<b>Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)</b>
					Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное
0,08	8,25	0,08	74,89	10	<b>Чай с сахаром</b>
					Чай черный весовой, Сахар-песок
1,6	0,6	10	51,8	20	<b>Масло коровьесладкосливочное несоленое</b>
					Масло сливочное шт
					<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>
					Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
0,2	0,2	4,9	22,2	50	<b>Завтрак II с 1,5-3 лет</b>
					<b>Плоды и ягоды свежие (Яблоко)</b>
					Яблоки свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
0,49	3,03	2,89	40,749	30	<b>Обед 1,5-3 лет</b>
3,492	2,676	8,988	74,052	120	<b>Салат из капусты с растительным маслом</b>
					Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Лимонная кислота, Сахар-песок, Масло растительное, Соль
1,14	0,43	7,15	37,037	10	<b>Суп картофельный с бобовыми (горох)</b>
					Картофель свежий, Горох колотый, Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль
10,61 2	2,793	10,661	110,278	70	<b>Сухарики из хлеба пшеничного</b>
					Хлеб пшеничный в нарезке
1,84	1,45	11,75	67,46	50	<b>Котлеты рубленые из фарша рыбного</b>
					Рыба филе Минтая б/к с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо диетическое, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное
0,07	0,02	12,94	52,22	150	<b>Изделия макаронные отварные</b>
					Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное
1,6	0,6	10	51,8	20	<b>Напиток вишневый</b>
					Вишня б/з, Сахар-песок
1,32	0,22	8,2	40,06	20	<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>
					Хлеб пшеничный в нарезке
					<b>Хлеб ржано-пшеничной</b>
					Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
7,39	6,98	43,45	266,18	100	<b>Полдник 1,5-3 лет</b>
		3,3	13,2	5	<b>Оладьи</b>
					Мука пшеничная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Молоко, Дрожжи сухие, Соль, Масло растительное
4,2	4,48	5,6	79,52	140	<b>Повидло</b>
					Повидло (джем) яблочное
					<b>Биокефир</b>
					Биокефир 200гр шт

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

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
5,501	8,359	25,78	200,412	180	<b>Завтрак I с 3-7 лет</b>
		9,99	39,96	200	<b>Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)</b>
					Крупа Геркулес, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное
0,08	8,25	0,08	74,89	10	<b>Чай с сахаром</b>
					Чай черный весовой, Сахар-песок
1,6	0,6	10	51,8	20	<b>Масло коровьесладкосливочное несоленое</b>
					Масло сливочное шт
					<b>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</b>
					Хлеб пшеничный в нарезке



Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	<b>Завтрак II с 3-7 лет</b>
0,32	0,32	7,84	35,52	80	<b>Плоды и ягоды свежие (Яблоко)</b> Яблоки свежие
Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	<b>Обед 3-7 лет</b>
0,98	6,05	5,78	81,498	60	<b>Салат из капусты с растительным маслом</b> Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Лимонная кислота, Сахар-песок, Масло растительное, Соль
5,529	4,237	14,231	117,249	190	<b>Суп картофельный с бобовыми (горох)</b> Картофель свежий, Горох колотый, Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль
1,14	0,43	7,15	37,037	10	<b>Сухарики из хлеба пшеничного</b> Хлеб пшеничный в нарезке
10,61 2	2,793	10,661	110,278	70	<b>Котлеты рубленые из фарша рыбного</b> Рыба филе Минтая б/к с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо диетическое, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное
4,42	3,49	28,2	161,904	120	<b>Изделия макаронные отварные</b> Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное
0,1	0,02	17,26	69,62	200	<b>Напиток вишневый</b> Вишня б/з, 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 3-7 лет</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
4,48	4,8	16,64	127,68	160	<b>Биоогурт фруктовый питьевой</b> Биоогурт фруктовый питьевой яблоко
Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	<b>Ужин 3-7 лет</b>
6,13	5,64	5,82	98,535	50	<b>Котлеты рубленые из птицы (цыплята) собственного производства, запеченные с соусом молочным</b> 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
7,596	6,426	34,272	225,36	180	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> Крупа Гречневая, Соль, Масло сливочное
0,52	0,04	19,2	79,14	200	<b>Кисель абрикосовый</b> Курага, Крахмал картофельный, 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 лет</b>
				200	<b>Вода питьевая детская</b> Вода питьевая детская

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

