

СОГЛАСОВАНО

Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО

Исполнительный директор

РусСоцКапитал

Савельева И.Б.



## МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

12 августа 2021 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Завтрак I с 1,5-3 лет</b>					
<b>Каша жидкая на молоке (гречневая)</b>					
4,641	6,149	14,534	132,028	130	Крупа Гречневая, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
<b>Чай с сахаром</b>					
		9	35,964	180	Чай черный весовой, Сахар-песок
<b>Масло сливочное</b>					
0,08	8,25	0,08	74,89	10	Масло сливочное шт
<b>Сыр полутвердый</b>					
4,64	5,9		71,66	20	Сыр с м.д.ж 45%
<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 II с 1,5-3 лет</b>					
<b>Фрукты, плоды в ассортименте (Апельсин)</b>					
0,9	0,2	8,1	37,8	100	Апельсин

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Обед 1,5-3 лет</b>					
<b>Салат из помидоров с растительным маслом</b>					
0,432	6,822	1,53	69,224	45	Помидоры, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль
<b>Суп из овощей на мясном бульоне</b>					
2,358	5,22	12,024	104,526	180	Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Сметана, Масло растительное, Соль, Горошек зеленый б/з
<b>Запеканка картофельная с мясом отварным</b>					
15,64 8	15,072	28,304	311,408	160	Говядина котлетная часть с/м, Картофель свежий, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло сливочное, Сухари панировочные, Соль
<b>Кисель из клюквы быстрозамороженной</b>					
0,054	0,018	12,69	51,138	180	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-пшеничный</b>					
1,32	0,22	8,2	40,06	20	Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Полдник 1,5-3 лет</b>					
<b>Омлет натуральный, запеченный</b>					
15,66	16,86	2,925	226,02	150	Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное
<b>Булочка "Городская"</b>					
2,451	2,106	13,29	81,915	30	Мука пшеничная, Масло сливочное, Молоко, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Соль, Сахар-песок, Ванилин, Яйцо диетическое, Масло растительное
<b>Йогурт питьевой фруктовый</b>					
4,2	4,05	15,3	114,45	150	Йогурт питьевой фруктовый яблоко - банан шт (200гр)

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

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
<b>Завтрак I с 3-7 лет</b>					
<b>Каша жидкая на молоке (гречневая)</b>					
6,426	8,514	20,124	182,808	180	Крупа Гречневая, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
<b>Чай с сахаром</b>					
		10	39,96	200	Чай черный весовой, Сахар-песок
<b>Масло сливочное</b>					
0,08	8,25	0,08	74,89	10	Масло сливочное шт
<b>Сыр полутвердый</b>					
4,64	5,9		71,66	20	Сыр с м.д.ж 45%
<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	Завтрак II с 3-7 лет
0,9	0,2	8,1	37,8	100	Фрукты, плоды в ассортименте (Апельсин)
					Апельсин

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Обед 3-7 лет
0,624	9,854	0,26	99,99	65	Салат из помидоров с растительным маслом
					Помидоры, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль
2,62	5,8	13,36	116,14	200	Суп из овощей на мясном бульоне
					Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Сметана, Масло растительное, Соль, Горошек зеленый б/з
17,60 4	16,956	31,842	350,334	180	Запеканка картофельная с мясом отварным
					Говядина котлетная часть с/м, Картофель свежий, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло сливочное, Сухари панировочные, Соль
0,06	0,02	14,1	56,82	200	Кисель из клюквы быстрозамороженной
					Клюква б/з, Крахмал картофельный, Сахар-песок
3,2	1,2	20	103,6	40	Хлеб из муки пшеничной первого сорта
					Хлеб пшеничный в нарезке
2,64	0,44	16,4	80,12	40	Хлеб ржано-пшеничный
					Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Полдник 3-7 лет
16,70 4	17,984	3,12	241,088	160	Омлет натуральный, запеченный
					Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное
2,451	2,106	13,29	81,915	30	Булочка "Городская"
					Мука пшеничная, Масло сливочное, Молоко, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Соль, Сахар-песок, Ванилин, Яйцо диетическое, Масло растительное
7,02	4,5	7,56	98,82	180	Ряженка
					Ряженка

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Ужин 3-7 лет
18,52 4	22,99	6,996	309,078	220	Капуста, тушеная с мясом
					Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Томат-паста, Соль, Говядина тазобедренная часть п/ф
0,33	0,06	1,14	6,42	30	Помидоры свежие
					Помидоры
0,28	0,06	13,9	57,2	200	Напиток из плодов сухих (изюм)
					Лимонная кислота, Сахар-песок, Изюм
3,2	1,2	20	103,6	40	Хлеб из муки пшеничной первого сорта
					Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Вода питьевая детская (на весь день) 3-7 лет
				200	Вода питьевая детская
					Вода питьевая детская

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