

СОГЛАСОВАНО

0808

Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО

Исполнительный директор
РусСоцКапитал
Савельева И.Б.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы
14 января 2021 г.

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
8,35	8,99	1,56	120,544	80	Завтрак I с 1,5-3 лет
					Омлет натуральный, запеченный
2,75	2,61	10,97	78,39	150	Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное
					Какао на молоке
0,08	8,25	0,08	74,89	10	Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко
					Масло коровьесладкосливочное несоленое
1,6	0,6	10	51,8	20	Масло сливочное шт
					Хлеб из муки пшеничной первого сорта
					Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
0,855	0,19	7,695	35,91	95	Завтрак II с 1,5-3 лет
					Плоды и ягоды свежие (Апельсин)
					Апельсин

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
0,432	3,024	2,865	40,395	30	Обед 1,5-3 лет
					Салат витаминный с маслом растительным
3,492	2,676	8,988	74,052	120	Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Сахар-песок, Лимонная кислота, Соль, Масло растительное
					Суп картофельный с бобовыми (горох)
1,14	0,43	7,15	37,037	10	Картофель свежий, Горох колотый, Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль
					Сухарики из хлеба пшеничного
10,61 2	2,793	10,661	110,278	70	Хлеб пшеничный в нарезке
					Котлеты рубленые из фарша рыбного
1,24	1,41	13,66	72,31	50	Рыба филе Минтая б/к с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо диетическое, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное
					Рис отварной
0,75	0,15	15,15	64,95	150	Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль
					Сок фруктовый
1,6	0,6	10	51,8	20	Сок яблочно-виноградный шт (0,2 л) ДП
					Хлеб из муки пшеничной первого сорта
1,32	0,22	8,2	40,06	20	Хлеб пшеничный в нарезке
					Хлеб ржано-пшеничной
					Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
3,89	3,65	20,13	128,94	100	Полдник 1,5-3 лет
					Каша пшенная молочная
2,41	1,94	13,67	81,792	30	Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль
					Булочка с изюмом
3,92	3,78	14,28	106,82	140	Мука пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Изюм, Соль, Яйцо диетическое, Масло растительное
					Йогурт питьевой фруктовый
					Йогурт питьевой фруктовый

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

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
10,44	11,24	1,95	150,68	100	Завтрак I с 3-7 лет
					Омлет натуральный, запеченный
3,67	3,48	14,63	104,52	200	Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное
					Какао на молоке
0,08	8,25	0,08	74,89	10	Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко
					Масло коровьесладкосливочное несоленое
1,6	0,6	10	51,8	20	Масло сливочное шт
					Хлеб из муки пшеничной первого сорта
					Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
0,9	0,2	8,1	37,8	100	Завтрак II с 3-7 лет
					Плоды и ягоды свежие (Апельсин)
					Апельсин

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
0,864	6,048	5,73	80,79	60	Обед 3-7 лет
					Салат витаминный с маслом растительным
					Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Морковь свежая очищенная п/ф, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Сахар-песок, Лимонная кислота, Соль, Масло растительное
5,529	4,237	14,231	117,249	190	Суп картофельный с бобовыми (горох)
					Картофель свежий, Горох колотый, Морковь свежая очищенная п/ф, Масло растительное, Соль
1,14	0,43	7,15	37,037	10	Сухарики из хлеба пшеничного
					Хлеб пшеничный в нарезке
10,61 2	2,793	10,661	110,278	70	Котлеты рубленые из фарша рыбного
					Рыба филе Минтая б/к с/м, Молоко, Хлеб пшеничный в нарезке, Яйцо диетическое, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное
2,97	3,39	32,79	173,544	120	Рис отварной
					Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль
0,75	0,15	15,15	64,95	150	Сок фруктовый
					Сок яблочный-виноградный
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	
4,67	4,38	24,15	154,728	120	Полдник 3-7 лет
					Каша пшенная молочная
					Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль
2,41	1,94	13,67	81,792	30	Булочка с изюмом
					Мука пшеничная, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное, Яйцо диетическое, Дрожжи сухие, Изюм, Соль, Яйцо диетическое, Масло растительное
6,24	4	6,72	87,84	160	Ряженка
					Ряженка

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
0,24	0,009	0,153	3,27	30	Ужин 3-7 лет
					Огурцы консервированные без уксуса
					Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки)
10,91	8,33	48,96	314,48	200	Макароны, запеченные с сыром
					Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль, Сыр с м.д.ж 45%
0,06	0,06	21,35	86,14	200	Компот из плодов свежих
					Яблоки свежие, Апельсин, Сахар-песок, Лимонная кислота
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб из муки пшеничной первого сорта
					Хлеб пшеничный в нарезке

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

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

Главный технолог



Зав. производством