

СОГЛАСОВАНО

2710

Ф.И.О.

Рязова Н.И.

УТВЕРЖДЕНО

Исполнительный директор

РусСоцКапитал

Савельева И.Б.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы

13 сентября 2021 г.



Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак I с 1,5-3 лет					
5,057	4,745	24,869	162,422	130	Каша пшенная молочная Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль
3,312	3,132	11,376	86,868	180	Какао на молоке Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко
0,08	8,25	0,08	74,89	10	Масло сливочное Масло сливочное шт
3,2	1,2	20	103,6	40	Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак II с 1,5-3 лет					
0,9	0,18	18,18	77,94	180	Сок фруктовый Сок яблочный шт (0,2 л) ДП

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед 1,5-3 лет					
0,563	2,466	3,915	40,091	45	Икра из уваренных кабачков Кабачки б/з, Лук репчатый свежий, Масло растительное, Томат-паста, Соль
5,004	3,996	10,224	96,93	180	Уха ростовская Рыба филе Минтая б/к с/м, Картофель свежий, Лук репчатый свежий, Масло растительное, Соль, Помидоры
10,78 4	13,44	16,064	228,352	160	Голубцы ленивые Говядина котлетная часть с/м, Капуста белокочанная свежая, Крупа Рисовая, Масло растительное, Томат-паста, Сметана, Соль
0,252	0,054	12,51	51,48	180	Компот из плодов сухих Изюм, Чернослив, Сахар-песок, Лимонная кислота
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-пшеничный Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Полдник 1,5-3 лет					
6,955	5,616	25,142	178,971	130	Макаронные изделия, запеченные с яйцом Макаронные изделия, Масло сливочное, Яйцо диетическое, Молоко, Соль
4,5	4,8	6	85,2	150	Кефир Кефир

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

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак I с 3-7 лет					
7,002	6,57	34,434	224,892	180	Каша пшенная молочная Молоко, Сахар-песок, Крупа Пшено, Масло сливочное, Соль
3,68	3,48	12,64	96,52	200	Какао на молоке Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко
0,08	8,25	0,08	74,89	10	Масло сливочное Масло сливочное шт
3,2	1,2	20	103,6	40	Хлеб из муки пшеничной первого сорта Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак II с 3-7 лет					
1	0,2	20,2	86,6	200	Сок фруктовый Сок яблочный

Бс	и	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Обед 3-7 лет
0,8	3	3,562	5,655	57,909	65	Икра из уваренных кабачков Кабачки б/з, Лук репчатый свежий, Масло растительное, Томат-паста, Соль
5,56	4,44	11,36	107,7	200		Уха ростовская Рыба филе Минтая б/к с/м, Картофель свежий, Лук репчатый свежий, Масло растительное, Соль, Помидоры
12,13 2	15,12	18,072	256,896	180		Голубцы ленивые Говядина котлетная часть с/м, Капуста белокочанная свежая, Крупа Рисовая, Масло растительное, Томат-паста, Сметана, Соль
0,28	0,06	13,9	57,2	200		Компот из плодов сухих Изюм, Чернослив, Сахар-песок, Лимонная кислота
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
8,025	6,48	29,01	206,505	150	Макаронны, запеченные с яйцом Макаронные изделия, Масло сливочное, Яйцо диетическое, Молоко, Соль
5,22	5,76	6,84	100,08	180	Ацидофилин Ацидофилин

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Ужин 3-7 лет
12,76	10,2	10	182,84	80	Фрикадельки мясные паровые Говядина котлетная часть с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Соль
2,595	7,725	16,425	145,605	150	Рагу из овощей Картофель свежий, Морковь свежая, Лук репчатый свежий, Масло растительное, Масло растительное, Томат-паста, Морковь свежая, Мука пшеничная, Чеснок свежий, Соль
0,06	0,06	7,36	30,2	200	Напиток яблочный Яблоки свежие, Сахар-песок, Лимонная кислота
4,8	1,8	30	155,4	60	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"

