

СОГЛАСОВАНО

0808

Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО

Исполнительный директор

РусСоцКапитал

Савельева И.Б.

МЕНЮ

За счет бюджета города Москвы
15 ноября 2019 г.



Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак I с 1,5-3 лет					
Омлет натуральный, запеченный					
8,35	8,99	1,56	120,544	80	Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное
Кофейный напиток из цикория с молоком					
2,93	2,88	13,25	90,63	150	Молоко, Напиток кофейный цикорий растворимый, Сахар-песок
Масло коровьесладкосливочное несоленое					
0,08	8,25	0,08	74,89	10	Масло сливочное шт
Хлеб из муки пшеничной первого сорта					
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак II с 1,5-3 лет					
Плоды и ягоды свежие (Яблоко)					
0,38	0,38	9,31	42,18	95	Яблоки свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Обед 1,5-3 лет					
Салат Мозаика					
0,86	2,21	3,04	35,535	30	Картофель свежий, Горошек зеленый консервированный, Морковь свежая очищенная п/ф, Яйцо диетическое, Соль, Масло растительное
Щи из капусты свежей на бульоне мясном с мелкошинкованными овощами					
2,587	1,547	4,329	41,626	130	Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий, Морковь свежая очищенная п/ф, Томат-паста, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Сметана
Суфле из отварного мяса (говядина)					
11,62	11,05	5,98	169,883	70	Говядина тазобедренная часть п/ф, Соль, Молоко, Мука пшеничная, Соль, Яйцо диетическое, Масло растительное
Рис отварной					
1,24	1,41	13,66	72,31	50	Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль
Напиток из плодов сухих (изюм)					
0,21	0,05	16,41	66,885	150	Сахар-песок, Лимонная кислота, Изюм
Хлеб из муки пшеничной первого сорта					
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб пшеничный в нарезке
Хлеб ржано-пшеничной					
1,32	0,22	8,2	40,06	20	Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Полдник 1,5-3 лет					
Лапшевник с творогом					
7,34	4,75	19,41	149,752	80	Макаронные изделия (Вермишель яичная), Творог 9%, Сахар-песок, Масло растительное, Сметана, Сухари панировочные, Соль
Булочка Любимая					
2,74	1,74	15,24	87,564	30	Мука пшеничная, Молоко, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Дрожжи сухие, Соль, Масло сливочное, Масло растительное
Йогурт питьевой фруктовый					
3,92	3,78	14,28	106,82	140	Йогурт питьевой фруктовый

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

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
Завтрак I с 3-7 лет					
Омлет натуральный, запеченный					
10,44	11,24	1,95	150,68	100	Яйцо диетическое, Молоко, Соль, Масло сливочное
Кофейный напиток из цикория с молоком					
3,9	3,84	17,66	120,84	200	Молоко, Напиток кофейный цикорий растворимый, Сахар-песок
Масло коровьесладкосливочное несоленое					
0,08	8,25	0,08	74,89	10	Масло сливочное шт
Хлеб из муки пшеничной первого сорта					
1,6	0,6	10	51,8	20	Хлеб пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Завтрак II с 3-7 лет
0,4	0,4	9,8	44,4	100	<i>Плоды и ягоды свежие (Яблоко)</i>
					Яблоки свежие

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Обед 3-7 лет
1,72	4,42	6,09	71,07	60	<i>Салат Мозаика</i> Картофель свежий , Горошек зеленый консервированный, Морковь свежая очищенная п/ф, Яйцо диетическое, Соль, Масло растительное
3,98	2,38	6,66	64,04	200	<i>Щи из капусты свежей на бульоне мясном с мелкошинкованными овощами</i> Капуста белокочанная свежая очищенная п/ф, Картофель свежий , Морковь свежая очищенная п/ф, Томат-паста, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Масло растительное, Соль, Сметана
11,62	11,05	5,98	169,883	70	<i>Суфле из отварного мяса (говядина)</i> Говядина тазобедренная часть п/ф, Соль, Молоко, Мука пшеничная, Соль, Яйцо диетическое, Масло растительное
2,97	3,39	32,79	173,544	120	<i>Рис отварной</i> Крупа Рисовая, Масло сливочное, Соль
0,28	0,06	21,88	89,18	200	<i>Напиток из плодов сухих (изюм)</i> Сахар-песок, Лимонная кислота, Изюм
1,6	0,6	10	51,8	20	<i>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</i> Хлеб пшеничный в нарезке
1,32	0,22	8,2	40,06	20	<i>Хлеб ржано-пшеничной</i> Хлеб ржано-пшеничный в нарезке

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Полдник 3-7 лет
9,18	5,93	24,26	187,19	100	<i>Лапшевник с творогом</i> Макаронные изделия (Вермишель яичная), Творог 9%, Сахар-песок, Масло растительное, Сметана, Сухари панировочные, Соль
2,74	1,74	15,24	87,564	30	<i>Булочка Любимая</i> Мука пшеничная, Молоко, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Дрожжи сухие, Соль, Масло сливочное, Масло растительное
6,24	4	6,72	87,84	160	<i>Ряженка</i> Ряженка

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	Ужин 3-7 лет
6,635	1,06	5,6	58,51	50	<i>Тефтели рыбные</i> Рыба филе Минтая б/к с/м, Хлеб пшеничный в нарезке, Молоко, Лук репчатый свежий очищенный п/ф, Соль, Масло сливочное
3,991	4,601	25,9	161,01	180	<i>Пюре картофельное</i> Картофель свежий , Молоко, Масло сливочное, Соль
0,06	0,06	21,35	86,14	200	<i>Компот из плодов свежих</i> Яблоки свежие, Апельсин, Сахар-песок, Лимонная кислота
1,6	0,6	10	51,8	20	<i>Хлеб из муки пшеничной первого сорта</i> Хлеб пшеничный в нарезке

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

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